પૃષ્ઠ	[illegible]
[illegible]૬	૧
[illegible]	૧
[illegible]	૧[illegible]
[illegible]	૧[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	[illegible]
[illegible]	૨૬
૧૦૧	[illegible]
૧[illegible]	૧[illegible]
૧૧૪	૮
૧૨૧	૧[illegible]
૧૨૬	૧[illegible]
૧૩[illegible]	[illegible]
૧૪૧	૧૪
૧૪૪	૧૬
૧૫૭	૫
૧૫૭	૫
૧૬૪	૧૬
૧૬૫	૧૯
૧૭૦	૨૨
૧૭૫	૧
૧૭૭	૧૯
૧૮૮	૫
૧૯૧	૨

બે બોલ

સમસ્ત વિશ્વના જીવો પરત્વે કરુણા ધરાવનાર, જૈન આગમ સાહિત્યનાં ઉંડા અભ્યાસી, તત્ત્વજ્ઞ, અધ્યાત્મ રસલીન, સર્વ વિરતી **"શ્રી વિશ્વ શાન્તિ ચાહક"** નો અધિક પરિચય કરાવવાની જરૂર તો નથી, છતા એટલું જાણવુ આવશ્યક છે કે તેઓએ પોતાનુ સમસ્ત દીક્ષાથી જીવન આત્મ સાધનામાં વીતાવી, નિવૃત્તિ ક્ષેત્રે બીરાજી, યોગ સાધનામા તલ્લિન રહી, બહુધા એકાતપણે લોક સસર્ગથી દૂર રહી, આત્માનુભવની ઉચ્ચ કક્ષાએ પહોચી સમ્યગ્ રત્નની પ્રાપ્તિ કરી, વિશ્વનું સાચું સ્વરૂપ સમજી, સ્વસ્વરૂપનો આનંદ ચાખ્યો છે અને એમા જ તલ્લિન રહેવા ઇચ્છે છે. પરતુ જ્ઞાની પુરૂષો ફક્ત-સ્વનુ કલ્યાણ કરી જ કર્તવ્યની સમાપ્તિ સમજતા નથી, પરતુ પરના કલ્યાણની પણ એટલી જ તાલાવેલી એમનાં હૈયામાં હોય છે. એવી ભાવનાથી પ્રેરાઇને જ બધન મુકિત રહસ્ય, પરમાત્મ પ્રકાશ, ઉત્થાન યાને ભાગ્યનું નવનિર્માણ, સમ્યગ્ સાધના, યોગસાર, સફળ જીવન સાધના, પ્રાર્થના ચિંતામણી વિગેરે પુસ્તકો પ્રકાશન પામ્યા છે

આ પુસ્તક **'જીવન સજીવની યાને વિચારોનું રહસ્ય'માં** પણ મુમુક્ષુને તેમજ જન સાધારણને પોતામાં રહેલી અમુલ્ય વિચાર શકિતને કેમ ખીલવવી અને ઇચ્છિત ધ્યેયને કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવું તે તદ્દન સરળ શૈલીમા સમજાવ્યુ છે. કેમ બધનનું ખરું કારણ વિચાર જ છે અને તે વિચારોને ઉન્માર્ગે જતા રોકીને સન્માર્ગગામી બનાવવાના ઉપાયો તેમજ નરમાંથી નારાયણ કેવી રીતે બની શકાય તે ઘણી જ અસરકારક રીતે આલેખન કર્યું છે. ચોર્યાશી લાખ યોનિમા મનુષ્ય જીવનની મહત્તા એની વિચાર શકિતને આભારી છે. મનુષ્ય વિચાર અને વિવેક દ્વારા આ ભવસાગર તરવાને [illegible] છે. તે પણ આ પુસ્તકમા સમજાવવામા આવ્યું છે આ વિષે લખીએ એટલુ ઓછું છે. ટુંકમા પુસ્તકનું રસપૂર્વકનું વાચન મનન મનુષ્યને જરૂર એના જીવનમા આશ્ચર્યકારક પ્રગતિ સાધવામા મદદ કરશે જ એ વિષે બે મત નથી. —કુમારી રંજન શ્રોફ

અનુક્રમણિકા

શુદ્ધિ પત્રક

પૃષ્ઠ	લાઇન	અશુદ્ધ	શુદ્ધ
૨	૭	તમારૂ	તમારૂં
૧૬	૨૬	અમારી પૈસા	અમારી પાસે પૈસા
૨૮	૧૨	એના	એનો
૨૯	૨૦	કોઇ લીલારંગની અને કોઇ દેખાય છે	નકામુ છે ભુલથી છપાયેલ છે
૩૨–૩૩	૨૭–૧	ખરાબ સારી	ખરાબ કે સારી
૩૩	૧૭	એટલુ	એટલું
૪૮	૧	શારિરીક	શારીરિક
૪૯	૧	ઓષધ	ઔષધ
૫૨	૨૧	પાપલ	પાગલ
૫૫	૮	થય	થાય
૫૮	૧૮	કગાલિયતથી	કંગાલિયતથી
૬૬	૧૧	અ	એ
૬૮	૮	અમારૂ	અમારૂં
૬૯	૨૩	બસમા	બસમા
૭૫	૯	વિમારો	વિચારો
૭૯	૧	પનેલ્લવ	પલ્લવ
૮૩	૨૪	બનાવા	બનાવી
૮૪	૨	શત્રુઓપર	શત્રુઓ
૮૪	૮	જે	જ
૮૫	૧૦	અભગીયા	અભાગીયા
૮૬–૮૭	૨૭–૧	ગુણયલ	ગુણીયલ
૮૭	૨૩	નિરકમાં	નર્કમાં

બે બોલ

સમસ્ત વિશ્વના જીવો પરત્વે કરુણા ધરાવનાર, જૈન આગમ સાહિત્યનાં ઉંડા અભ્યાસી, તત્ત્વજ્ઞ, અધ્યાત્મ રસલીન, સર્વ વિરતી **"શ્રી વિશ્વ શાન્તિ ચાહક"** નો અધિક પરિચય કરાવવાની જરૂર તો નથી, છતા એટલું જાણવું આવશ્યક છે કે તેઓએ પોતાનું સમસ્ત દીક્ષાથી જીવન આત્મ સાધનામાં વીતાવી, નિવૃત્તિ ક્ષેત્રે બીરાજી, યોગ સાધનામા તલ્લિન રહી, બહુધા એકાંતપણે લોક સંસર્ગથી દૂર રહી, આત્માનુભવની ઉચ્ચ કક્ષાએ પહોચી સમ્યગ્ રત્નની પ્રાપ્તિ કરી, વિશ્વનું સાચું સ્વરૂપ સમજી, સ્વસ્વરૂપનો આનંદ ચાખ્યો છે અને એમાંજ તલ્લિન રહેવા ઇચ્છે છે. પરંતુ જ્ઞાની પુરૂષો ફક્ત-સ્વનું કલ્યાણ કરીજ કર્તવ્યની સમાપ્તિ સમજતા નથી, પરંતુ પરના કલ્યાણની પણ એટલીજ તાલાવેલી એમનાં હૈયામાં હોય છે. એવી ભાવનાથી પ્રેરાઇનેજ બંધન મુકિત રહસ્ય, પરમાત્મ પ્રકાશ, ઉત્થાન યાને ભાગ્યનું નવનિર્માણ, સમ્યગ્ સાધના, યોગસાર, સફળ જીવન સાધના, પ્રાર્થના ચિંતામણી વિગેરે પુસ્તકો પ્રકાશન પામ્યા છે.

આ પુસ્તક **'જીવન સંજીવની યાને વિચારોનું રહસ્ય'માં** પણ મુમુક્ષુને તેમજ જન સાધારણને પોતામાં રહેલી અમુલ્ય વિચાર શકિતને કેમ ખીલવવી અને ઇચ્છિત ધ્યેયને કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરવુ તે તદ્દન સરળ શૈલીમાં સમજાવ્યુ છે કર્મબંધનનું ખરું કારણ વિચાર જ છે અને તે વિચારોને ઉન્માર્ગે જતા રોકીને સન્માર્ગગામી બનાવવાના ઉપાયો તેમજ નરમાથી નારાયણ કેવી રીતે બની શકાય તે ઘણી જ અસરકારક રીતે આલેખન કર્યું છે. ચોર્યાશી લાખ યોનિમા મનુષ્ય જીવનની મહત્તા એની વિચાર શકિતને આભારી છે. મનુષ્ય વિચાર અને વિવેક દ્વારા આ ભવસાગર તરવાને [illegible] છે. તે પણ આ પુસ્તકમા સમજાવવામા આવ્યુ છે આ [illegible] લેખીયે એટલુ ઓછું છે. ટુંકમા પુસ્તકનું [illegible]પૂર્વકનું વાચન-મનન મનુષ્યને જરૂર એના જીવનમા આશ્ચર્યકારક પ્રગતિ સાધવામા મદદ કરશે જ એ વિષે બે મત નથી. —કુમારી રંજન શ્રોફ

પ્રસ્તાવના

આ જીવન સંજીવની પુસ્તકનું આલેખન કરવાનો મુખ્ય આશય એ છે કે મે જે મારા જીવનમા વાંચ્યું, વિચાર્યુ મનન કર્યુ અને અભ્યાસ દ્વારા જીવનની પ્રગતિ સાધી તે પ્રમાણે સર્વ આત્મબંધુઓ અને બ્હેનો પ્રગતિ સાધી શકે. હું પોતે પામરથી પામર જીવન જીવતી હતી, પ્રભુ કૃપાએ મને માનસશાસ્ત્ર અને વિચાર શાસ્ત્રના પુસ્તકો વાંચવાનો સુઅવસર પ્રાપ્ત થયો અને તે વાંચનને વિચારી મનન કરીને અભ્યાસ દ્વારા પ્રગતિ સાધી પામરતામાંથી પ્રભુતા તરફ પ્રગતિ કરી આજે પૂર્વ જીવનનો વિચાર આવતા અને આજના જીવનનો મેળ કરતા મને પોતાને જ આશ્ચર્ય અનુભવાય છે અહો! હું કેવુ પામર જીવન જીવતી હતી અને આ માનસ શાસ્ત્રનો અભ્યાસ કરતા કેટલી ઉન્નત દશા આજે ભોગવું છું પામરતા માત્ર મનનો જ ખેલ હતો અને તે મનને કેળવવાથી, વિચારોને ઉન્નત કરવાથી આજ હું મારી મહાનતાને પિછાણી શકી છું. એજ સ્વાનુભવની પ્રસાદિનો રસપાન મારા આત્મબંધુઓને તથા બ્હેનોને પીરસવાનો ભાવ થતાં આ પુસ્તકનું પ્રકાશન થઇ રહ્યું છે. માનવ જો પોતાના વિચારોને સંયમીત કરે તો જરૂર તે પામરમાથી પ્રભુ બની શકે છે. માનવ જ્યાં સુધી વિચાર કરવાની કળાને જાણતો નથી ત્યા સુધી જ તે દીન દુખી રહે છે, પણ જ્યારે તે વિચારની કળા શીખી લે છે, અને તેને જીવનમા ઉતારે છે ત્યારે તે અંધકારમાથી પ્રકાશમા, દુર્ભાગ્યથી સૌભાગ્યમા, દીનતામાથી મહાનતામાં અને પામરતામાંથી પ્રભુતામાં પ્રવેશ કરે છે એકવાર માનસશાસ્ત્ર અને વિચારશાસ્ત્રનો વિવેક પુરઃસરનો અભ્યાસ કરીને જુઓ તો ખરા કે તમે પ્રગતિના શિખર પર ચઢવાને સમર્થ બનો છો કે નહિં ?

મનુષ્ય પોતાના વિચારોને બદલવાથી, દુઃખ, દુર્બલતા, નિરાશા, ભય વગેરે મનોવિકારોને જીતી પરમ શાન્તિનો અનુભવ કરે છે. જ્યારે મન વિકારરહિત થાય છે ત્યારે જ શાન્તિ પ્રાપ્ત થાય છે અને જ્યારે મન વિકારોને વશ થાય છે ત્યારે તે વ્યગ્રતાનો અનુભવ કરે છે અને મનોવ્યગ્રતા, વ્યાકુલતા એ જ દુઃખનુ કારણ છે. વ્યગ્રતા, વ્યાકુલતા રહિત મનની સ્થિતિમાં શાન્તિનો અનુભવ થાય છે. માટે હે પ્રિય વાચક! તું તારા વિચારોને બદલીને સુખ શાન્તિનો સ્વામિ બન. હલકા વિચારો માત્ર મનની શાન્તિનો ભંગ કરનાર

છે; તેને બદલીને ઉત્તમ વિચારો કરવાથી જ શાન્તિનો લાભ પ્રાપ્ત થાય છે. તેમાં પૈસાનો ખર્ચ પણ કરવાનો નથી, પરંતુ અમુક સમય માટે મન સ્થિર કરીને ઉત્તમ વિચારો પર એકાગ્રતા કરવાની છે.

જ્યારે માનવ મનોવિકારોને આધીન થાય છે ત્યારે તેના જીવનમાંથી જીવન રસ ઉડી જાય છે. પણ તે જ્યારે ઉત્તમ વિચારો કરીને જીવનને ઉન્નત બનાવે છે ત્યારે જીવનનું સૌંદર્ય અને રસમયતા એટલે સત્ય, શિવમ્, સુન્દરમ્ નો અનુભવ થાય છે. આ જીવન સંજીવની પુસ્તક જો બરાબર મનન પૂર્વક વાંચવામાં આવે તો મૃતઃપ્રાય, રસહિન જીવન જીવતા માનવોને નવચેતના અર્પીને જીવન રસપ્રદ બનાવનાર સંજીવની હોવાથી તેનું નામ સંજીવની એ સાર્થક છે.

હે મહામાનવો ! ઉઠો, જાગો અને તમારા સ્વત્વ પર અધિકાર કરીને સુખ શાન્તિને વરો ! ગુણશીલ મહાનુભાવો આ પુસ્તકને પ્રેમથી અપનાવે, ઉત્કર્ષ સાધે અને તે દ્વારા જીવનને ચૈતન્યમય, આનંદમય બનાવી જીવનના રસને માણે અને ઉન્નતિના શિખરે પહોંચે.

વર્તમાન સમયમાં માનવનું મનોબળ દુર્બળ હોવાથી દુઃખ, રોગ, શોક, નિરાશાથી માનવ ઘેરાયેલો દેખાય છે તેવા માનવો જો આવા પુસ્તકો વાંચે, વિચારે તો તેઓમાં નવચેતના જરૂર પ્રગટ થાય અને તેઓના જીવન જરૂર રસમય બને જીવન જે આજે દુઃખ અને ભારરૂપ બનેલ છે તેને બદલે જીવન હલકું, શાન્ત અને જીવવા જેવું લાગવા માંડશે તેમા શંકાને સ્થાન નથી દુઃખ માત્રનું કારણ અજ્ઞાનતા છે હલકા અને ખરાબ વિચારોથી મનોમંદિર વિકારી બને છે જેથી આત્મ જ્યોતિ આવરીત થઈને અજ્ઞાન અંધકારથી વાસિત થાય છે. જ્યારે સારા વિચારો કરવાથી મનોવિકારો દૂર થઈને મનોમંદિર સ્વચ્છ અને પ્રકાશમય બને છે. તેથી આત્મ જ્યોતિનો પ્રકાશ થાય છે અને તે પ્રકાશને બળે માનવ વિકાસ પથમા આગળ ને આગળ વધતો જાય છે અને પ્રગતિને સાધતો સાધતો એક દિવસ પામરમાંથી પ્રભુ બને છે. આ સત્યને મે જાતે અનુભવ્યું છે અને તેથી મારા આત્મબંધુઓ તેને અપનાવે અને તેવા બને એ માટે આ યત કિંચિત પ્રયાસ આદરેલો છે આ પહેલા ભાગને જનતા ઉત્સાહથી અપનાવશે તો બીજો ભાગ પણ પ્રભુ કૃપાએ સત્વર બહાર પાડવાનો વિચાર છે.

અંતમા સર્વ વાચક બંધુઓ શિવપંથના પથીક બની શ્રેયને વરે, એજ અભ્યર્થના સહ વીરમું છું. લી. **વિશ્વ શાંતિ ચાહક**

સાભાર ધન્યવાદ

જો કે આ પુસ્તકમા જે જે આલેખન કરવામાં આવેલ છે તેનો જીવનમાં વાંચન, મનન અને અભ્યાસ દ્વારા અનુભવ કરેલ છે, એમ છતાં અન્ય હિન્દી પુસ્તકો, ગુજરાતી પુસ્તકો, તથા માસિક પત્રની જે સહાયતા લેવામાં આવી છે તેના સર્વે લેખકોનો હાર્દિક આભાર માનવામાં આવે છે.

લી. વિશ્વ શાંતિ ચાહક

આ પ્રકાશન પ્રગટ કરવામાં જે જે ધર્મપ્રેમી બહેનો તથા બંધુઓએ આર્થિક સહકાર આપેલ છે; એ સર્વનો હાર્દિક ધન્યવાદ સહ આભાર માનવામાં આવે છે, આ પુસ્તકનું જે મૂલ્ય રાખેલ છે તે પણ જ્ઞાન ખાતેજ વપરાશે. મતલબ કે આવા અધ્યાત્મિક પુસ્તકો પ્રગટ કરવામાંજ તેનો સદુપયોગ થશે. એવી ભાવના હૈયે વસેલ છે. માટે ગુણશીલ મહાનુભાવો આ પ્રકાશનને, આનંદભેર અપનાવી આત્મોત્થાન કરે, એજ મંગલ કામના હૈયે રાખી વીરમું છું.

શ્રીયુકત સેવાભાવી સજ્જન શ્રી કાકુભાઇ ગણાત્રાએ જે અથાક પરિશ્રમ લઇને આ પ્રકાશન પ્રકાશીત કરવા માટે જે સેવા બજાવી છે, તે માટે તેમનો હાર્દિક આભાર માનવામાં આવે છે.

લી. શુશીલા દેવી જૈન

*

જીવન સંજીવની
(વિચાર રહસ્ય)

ભાગ

પ્રકરણ .

વિચાર વિજ્ઞાન

વિચાર એક મહાન શકિત છે. વિચાર વિદ્યુતથી પણ અધિક વેગવાન છે. વિદ્યુત ૧ સેકંડમાં ૭ વાર પૃથ્વીની આસપાસ ફરી શકે છે પરંતુ વિચારોની ગતિ એનાથી પણ તીવ્ર છે. કેમકે વિચારોના પરમાણુ વિજળીથી પણ અતિ સૂક્ષ્મ અને બળવાન હોય છે. વિચારની આવી મહાન શકિત છે પરંતુ ઘણા માનવો તેનાથી અજ્ઞાત હોય છે. તેઓ એ નથી જાણુતા હોતા કે વિચાર અમારા જીવનમાં કેવું કેવું કાર્ય કરે છે સાગ વિચારોનુ શું પરિણામ છે અને ખરાબ વિચારોનું પરિણામ શું છે વગેરે વિચારની મહાન શકિતથી માનવ અજ્ઞાન હોવાથી પોતાના જીવનને વિચાર દ્વારા સુખી બનાવી શકતો નથી. વર્તમાનમાં જે માનવને જે શિક્ષણ આપવામા આવે છે તેનો હેતુ માત્ર એજ હોય છે કે જીવન નિર્વાહ માટે ધન કેમ મેળવવુ અને મોજશોખ કેમ વધારવા પરંતુ જીવન ધન ઉન્નત બનાવવાની શિક્ષા તરફ બહુધા લક્ષ અપાતુ નથી વિચારોનુ વિજ્ઞાન જાણવુ બહુ જરૂરી છે જે વિચારો આપણે કરીએ છીએ, તે વિચારો ખાલી હવામા ઉડી જતા નથી. પરંતુ તે વિચારો આપણી પરિસ્થિતિને સ્થિર અથવા પરિવર્તન કરવામા, ધનવાન યા દરિદ્ર બનાવવામાં, તથા આપણા કાર્યને સિદ્ધ યા નાશ કરવામાં મુખ્ય કારણરૂપ બને છે. નેથી જો આપણે વિચારનુ વિજ્ઞાન જાણતા હોઇએ તો વિચારોને યોગ્ય માર્ગ પર ચલાવી શકીએ, અને સર્વ દુ:ખોથી મુકત બની આનંદમય જીવન

જીવી શકીએ પ્રત્યેક વિચાર જે આપણા મનમાં આવે છે, તે એક તીર સમાન હોય છે. એનામા જેટલી શકિત અને તીવ્રતા હશે, એટલી ગતિથી તે બીજાના હૃદયમા જઈને તેને અસર કરશે અને પાછો આવીને આપણા પર ભલી-બુરી અસર કરશે. તેથી જ પોતાના મનમા હમેશા ઉત્તમ વિચારોને જ સ્થાન આપો, જેથી એ વિચાર શીઘ્ર જ તમારા બાહ્ય જીવનમાં પ્રગટ થશે પોતાની આત્મિક શકિતને સદા વશમાં રાખો એમ કરવાથી તમે તમારૂ બાહ્ય જીવન જેવું બનાવવા ઇચ્છશો તેવુ બનાવી શકશો. મુકિતગામી અને પાપીમા એજ અ તર હોય છે કે એક ઇન્દ્રિયોને વશ કરે છે, અને બીજો ઇન્દ્રિયોને આધિન થાય છે. જે પોતના મન ને બળવાન બનાવવા તથા પ્રસન્ન ચિત્ત રાખવા ઇચ્છે છે તેણે અનિષ્ટ, અપવિત્ર, સ્વાર્થમય ભાવોને, વિચારોને, પોતાના મનમા પ્રવેશવા દેવા નહિ જો તમે ક્રોધ, માન, માયા, લોભ, ઇર્ષા અથવા અન્ય કોઇ હલકા વિચારોને આધિન રહો છો તો ઉત્તમ સ્વાસ્થ્ય પ્રાપ્ત કરવું અસંભવ છે. એવું કદાપિ બની શકે નહી. એ કુદરતના કાયદાની વિરૂદ્ધ છે. યોગીઓનો અનુભવ છે કે, વિચાર જ એક બળવાન શકિત છે અને વિચારો દ્વારા તમે જે ઇચ્છો તે પ્રાપ્ત કરી શકો છો. પરમાત્માએ માનવને વિચારની અદ્ભૂત શકિત આપી છે હજારો મનુષ્યો એ શકિત દ્વારા મહાનમા મહાન કાર્ય અને મુશ્કેલમા મુશ્કેલ કાર્ય કરી શકયા છે વિચાર બળ જ મનુષ્યને ઇશ્વર બનાવવામા સમર્થ છે વિચારના વિજ્ઞાન દ્વારા તે બની શકે છે. વિચારોમા આટલો બધો પ્રભાવ અને બળ છે તો તેને ઉન્નત માર્ગે વાપરવા જરૂરી છે

મનમા વિચારો અનેક આવે છે અને જાય છે તેમા કેટલાક સારા હોય છે અને કેટલાક ખરાબ અગર એને શુભ અને અશુભ પણ કહી શકાય શુભ વિચારોનુ પરિણામ જીવનમા સુખ લાવે છે અને અશુભ વિચારોનુ પરિણામ જીવનને દુ:ખમય બનાવે છે વિચાર એજ સાચુ કર્મ છે પ્રભુએ કહયું છે કે, તારી ઇચ્છા હોય તો તુ શુભ તથા શુદ્ધ માર્ગનુ

અનુસરણ કર, અને તારી ઇચ્છા હોય તો અશુભ માર્ગમાં ચાલ અ-
તારી ઇચ્છા પર નિર્ભર છે. આથી મનુષ્યે જાણવું જોઈએ કે શુ
વિચાર જ મારૂં કલ્યાણ કરવા સમર્થ છે તો મારે હંમેશા નિ સ્વા
પ્રેમમય વિચારો જ કરવા જોઇએ અશુભ વિચાર કરવાથી મન પ
નિર્બળ બને છે કેમકે

'મનની હારેહાર છે, મન જીતે જીત,
પરબ્રહ્મને પામીએ, મનની જ પરતીત,'

માટે મનોબળ વિના વિકાસ સભવે નહિ, અને મનોબ
વધારનાર તો ઉત્તમ શુભ વિચારો જ છે, વિચાર કોઇ અદ્દશ
વસ્તુ નથી, પરંતુ એક વાસ્તવિક તત્વ છે જ્યારે આપણે પોતાના વિચારો
કાર્યમાં પરિણત કરીએ છીએ ત્યારે એક શક્તિને કાર્યમાં લગાડીએ
છીએ વિચારના બળ ને કોઇ નિરોધ કરી શકતુ નથી વિચાર બધા શસ્ત્રો
મોટું શસ્ત્ર છે, જે પરમાત્માએ મનુષ્યના હાથમા આપ્યુ છે. તો પ
આપણે ખરાબ વિચારોના ફંદામા ફસાઇને પરાધીનતાના રોદણા રો
કરીએ છીએ. પરંતુ પરાધીનતાથી મુક્ત થઈ શકાતું નથી. ખરા
વિચાર કરીને કોઇ પરાધીનતાથી મુક્ત થઇ શકે નહિ પરંતુ સાર
સ્વાર્થરહિત વિચારોને મનમા સ્થાન આપવાથી જ સુખ સ્વાધીન
વગેરે મળી શકે માટે સુખાર્થીઓએ સારા અને નિ.સ્વાર્થ વિચા
કરવાનો અભ્યાસ કરવો જોઇએ તે અભ્યાસથી અશુભ વિચારોનો ના
થઇ જશે. કારણ કે સ્વાર્થરહિત પ્રેમમય વિચારો અવિનાશી હોય છે

ખરાબ વિચાર અંધકાર સમાન છે અને સારા વિચારો પ્રકા
સમાન છે પ્રકાશને પ્રગટાવવાથી અંધકાર નષ્ટ થઈ જશે તમે પોતા
વિચારોને ચાહે સારા હોય અથવા ખરાબ બધાને મનમાં પ્રવેશ કર
દો છો, એથી તે ત્યા પ્રવેશ કરે છે, અને બહાર નીકળે છે અ
તમારા મસ્તકમા ખરાબ અથવા સારા ચિન્હ છોડી જાય છે. પર
તમે તે વાતનું ધ્યાન રાખતા [illegible] આ વાતનો સારી રીતે નિક
કરી લો કે, આપણા વિચારો [illegible] પરિણત થાય છે અ
આપણુ બાહ્ય જીવન આપણા વિચારોને અનુરૂપ છે આપણ
આંતરિક જીવન આપણા વિચાર છે અને બાહ્ય જીવન તેનું પ્રતિબિંબ

કોઇપણ શસ્ત્ર ફેંકવાથી એવો આઘાત નથી થતો જેવો વિચારો દ્વારા થાય છે. દરેક દુષ્ટ વિચાર જેના પ્રત્યે તે વિચારવામાં આવ્યો હોય, તેના તરફ જાણે તલવાર ન ખેંચી હોય, તેવો આઘાત કરે છે. જો કોઈપણ વ્યકિતનો તમે તિરસ્કાર કરો, તેના તમે ખરેખર ખૂની બનો છો, તમે તમારી જાતના આત્મઘાતી છો. કારણ કે એ વિચારો અંતે તો પરાવર્તિત થઇને પાછા કેવળ તમારા ઉપર જ આવે છે. ખરાબ વિચાર ત્રણ રીતે શાપરૂપ છે. પ્રથમ તો તે વિચારનારના મનોમય કોશને નુકસાન કરે છે, બીજુ એ વિચાર જેના માટે કરવામાં આવ્યો હોય તે વ્યકિતને નુકસાન કરે છે, અને છેવટમાં સમગ્ર માનવ જાતની હાની કરે છે. એક યુવાન માણસના માથામાં અપાર વેદના થતી હતી. તેણે અનેક ઉપાયો કર્યા પરંતુ કોઈ લાભ થયો નહિ. અંતમાં તે એક મનોવૈજ્ઞાનિક ડૉ. પાસે ગયો ડૉકટરે તેની વેદનાની હકીકત જાણી અને જે જે ઉપચારો કરાવેલ તે બધુ શાન્ત ચિત્તે સાંભળ્યુ. ડૉકટરે તેને પૂછ્યું કે તમારો કોઇ શત્રુ છે જેના પર તમોને અંતરમાં રોષ છે. તેણે કહ્યુ મારે કોઇ સાથે દુશ્મનાવટ નથી. પરંતુ એક લુહાર મારી પાસે (૫૦) રૂપિયા માગે છે, અને મેં તેને તે આપવાની ના કહી છે. ડૉકટરે કહયું સારૂં ? તમારો ઉપચાર હુ કરીશ. પરંતુ ખર્ચ વધારે થશે. પરંતુ તમારી વેદનાનો તો અંત જ આવી જશે. બોલો શી ઇચ્છા છે. તે દર્દી કહે ખર્ચ જે થશે તે હુ આપીશ, પરંતુ મારૂં દર્દ મટવું જોઇએ. ડૉકટરે કહયુ, પ્રથમ (૫૦) રૂા આપો તમારૂ દર્દ ત્રણ દિવસમાં શાન્ત કરી દઈશ તેણે (૫૦) રૂ પ્રથમ આપ્યા ડૉકટરે તેની પાસેથી તેના લેણદાર લુહારનુ નામ વગેરે પુછી લીધું. ત્યારબાદ ડૉકટરે તેને દવા આપી તે દર્દી પોતાને ઘેર ગયો. ડૉકટર પોતાને જ્યારે સમય મળ્યો ત્યારે તે લુહાર ને ત્યા ગયો અને તેને પુછવા લાગ્યો કે તું કોઈ પાસે પૈસા માગે છે ? તેણે કહયું હુ અમુક વ્યકિત પાસે (૫૦) રૂ માગુ છુ, તે વ્યકિત મને પૈસા આપવાની ના પાડે છે તેથી હું આ ઘણ મારૂં છું. અને એવા વિચાર કરૂં છુ કે તે વ્યકિતના માથામાં વાગે.

ડૉકટરે કહ્યું લે આ (૫૦) રૂ. અને હવે તે વ્યકિત તરફ આવા અશુભ વિચાર નહિ કરૂં એવી પ્રતિજ્ઞા કર. લુહાર કહે હું તો મારા પૈસા નથી મળતા માટે જ અશુભ વિચાર કરૂં છુ. મારા પૈસા મળી જાય તો મારે તેના પ્રત્યે અશુભ વિચાર કરવાનુ કોઈ કારણુ નથી. ડૉકટરે તેને પૈસા આપ્યા અને તેને અશુભ વિચાર કરતો બધ કર્યો. ત્રણ દિવસ પછી દર્દી આવ્યો, અને ડૉકટરને કહેવા લાગ્યો કે તેની માથાની વેદના નષ્ટ થઇ ગઈ છે. ડૉકટરે કહ્યુ. હવે તમારે દવા ખાવાની જરૂર નથી તમારૂં દર્દ હવે નહિ થાય કહેવાની મતલબ આ છે કે આવી રીતે અશુભ વિચાર બીજા પ્રત્યે કરવાથી આવા અશુભ બનાવો બને છે, જે અહિત કરનાર બને છે. ડૉકટરને બાકીના પૈસા દર્દીએ આપી દિધા અને ત્યાર પછી તેનું દર્દ મટી ગયું. સ્વાર્થી વિચારો જ દુ:ખનુ મૂળ છે. આવી રીતે અશુભ વિચારોનુ પરિણામ અશુભમાં પરિણમે છે તેથી સ્વ અને પરને નુકસાન થાય છે તથા જગતમાં અનિષ્ટ સર્જાય છે. તેવી જ રીતે પ્રેમમય, સ્વાર્થરહિત, કરૂણાજન્ય આદિ વિચારો કરવાથી કરનારને તથા જેના પ્રત્યે તેવા વિચારો કર્યા હોય તેને તથા વિશ્વમાં ઇષ્ટનુ સર્જન થાય છે. પ્રેમ આપો તો પ્રેમ મળશે, તમે જે આપો છો તેજ તમોને મળે છે. તમારા વિચારો જ પાછા વળીને તમોને મળે છે. આ વાત કદી ભુલશો નહિ, જે જેવું વાવે તેવું લણે તેજ પ્રમાણે જે જેવા વિચારો કરે છે તેને તેવા જ વિચારો પ્રાપ્ત થાય છે. શુભ વિચારો કરવાથી શુભ વિચાર મળે છે અને અશુભ વિચારો કરવાથી તેવા વિચારો પ્રાપ્ત થાય છે.

એક મન બીજા મન ઉપર ક્રિયા પ્રતિક્રિયા દ્વારા અસર કરે છે. તેને વિશેપ પ્રકારે સ્પષ્ટ કરવા માટે દષ્ટાંત તરીકે જ્યારે કોઇ વ્યકિત કોઇ કાર્ય કરે છે ત્યારે તેનું મન એક વિશિષ્ટ પ્રકારની કપનાવસ્થામા હોય છે. એ સમયે અન્ય જેટલા મન એ પ્રકારના અવસ્થામાં હશે, એની પ્રવૃત્તિ

એવી હશે કે તે તે મનથી પ્રભાવિત થઇ જશે જેમ એક રૂમમાં ભિન્ન ભિન્ન વાદ્યયંત્ર એક સુરમા બાંધ્યા હોય, તો એકને છેડવાથી અન્ય સર્વની પણ પ્રવૃત્તિ એજ પ્રકારના સુર નિકાળવાની બને છે, એજ પ્રકારે જે જે મન એક વિચાર રૂપી સુરમા બંધાયેલ છે, એ સર્વ પર એક વિશેષ વિચારનો સમાન પ્રભાવ પડશે. પરંતુ એ સત્ય છે કે વિચાર નો મન પર એ પ્રભાવ દૂર અથવા અન્ય કારણોથી ન્યૂનાધિક અવશ્ય હોય છે પરંતુ મન પર પ્રભાવ થવાની સંભાવના સદૈવ બની રહે છે માનો કે એક વ્યક્તિ કોઈ ખરાબ કાર્ય કરે છે. એ સમયે એના મનમાં એક વિશેષ પ્રકારનુ કંપન થાય છે ત્યારે સંસારના અન્ય મન, જે એજ પ્રકારના સ્થિતિમા હશે, સંભવતઃ તે મનના કંપનથી પ્રભાવિત થઈ જશે. એજ પ્રકારે કોઈ વ્યકિત સત્કર્મ કરે છે તો તેના મનમા એક બીજા પ્રકારનું કંપન થશે, અને એજ પ્રકારના કંપનશીલ બીજા બધા મનો પર તે વ્યકિતના મનનો પ્રભાવ પડવાનો સંભવ છે એક મનનો બીજા મન પર પ્રભાવ કંપનની ન્યૂનાધિક શકિત અનુસાર અધિક અથવા ઓછો થયા કરે છે આ વિચારના તરંગો કોઈ કોઈવાર સેંકડો વર્ષ સુધી આકાશમા ભ્રમણ કરતા રહે છે, જ્યા સુધી એને કોઈ એવો પદાર્થ નથી મળતો કે જેની સાથે તે એકરૂપ થઇને કાર્ય કરી શકે અતએવ આ સત્ય છે કે આ વાયુમંડલ સારા અને ખરાબ બન્ને પ્રકારના વિચાર તરંગોથી વ્યાપ્ત છે પ્રત્યેક મસ્તકમાથી નીકળેલ પ્રત્યેક વિચાર માનો એ પ્રકારે ભ્રમણ કરતો રહે છે, જ્યા સુધી એને યોગ્ય આધાર પ્રાપ્ત થતો નથી. અને જે મન એ પ્રકારના વિચાર ગ્રહણ કરવાને માટે પોતાને ઉન્મુક્ત કરેલ છે, તે તુર્ત જ એને ગ્રહણ કરી લેશે જ્યારે કોઈ મનુષ્ય દુષ્કર્મ કરે છે, તો તે પોતાના મનને એક વિશિષ્ઠ સુરમા જોડે છે, અને એજ સુરની જેટલી તરંગો પહેલાથી જ આકાશમા અવસ્થિત હોય છે, તે સર્વ એના મનમા પ્રવેશ કરવાની ચેષ્ટા કરે છે. એજ કારણથી એક દુષ્કર્મી સાધારણતયા અધિકાધિક દુષ્કર્મ કરતો જાય છે. એના કર્મ ક્રમશ પ્રબલતર થતા જાય છે એજ વાત સત્કર્મ કરવાવાળા માટે પણ બને છે

તે વાતાવરણના સમસ્ત શુભ તરંગોને ગ્રહણ કરવા માટે જાણે પોતાનું મન ખુલ્લું મૂકે છે. એથી એના સત્કર્મો અધિકાધિક શકિત સંપન્ન થતા જાય છે એથી દુષ્કર્મો કરવામાં આપણને બે પ્રકારનો ભય રહે છે. પહેલા તો એ કે અમે પોતાના મનને ચારે તરફથી અશુભ તરંગો પ્રવેશવા માટે ખુલ્લુ મુકીએ છીએ

અને બીજુ એ કે અમે પોતે એવા અશુભ તરંગોનું નિર્માણ કરીએ છીએ કે જેનો પ્રભાવ બીજા પર પડે છે પછી તે પ્રભાવ ભલે સેંકડો વર્ષ બાદ પણ કેમ ન થાય. દુષ્કર્મો દ્વારા અમે પોતાનું જ નહિ પણ બીજાનું પણ અહિત કરીએ છીએ. અને સત્કર્મો દ્વારા અમે પોતાનુ તથા બીજાનુ પણ ભલુ કરીએ છીએ અને મનુષ્યની અન્ય અભ્યંતર શકિતઓ સમાન એ શુભ અને અશુભ વિચાર શકિત, પણ બાહરથી બળ સંચય કરે છે. વિચાર શકિત પોતાનુ કાર્ય અચૂક પણે કરે છે, માટે વિવેકશીલ મનુષ્યે વિચાર કરવાની કળા જાણવી જરૂરી છે. માનવના વિચારો સ્વ પરને હિતકારી અને અહિતકારી બને છે તે હિતકર વિચારોનો પ્રેમપૂર્વક સ્વીકાર કરી સ્વપરનુ કલ્યાણ કરવુ તેજ વિચારનુ કૌશલ્ય છે માનવ મનની અપરંપાર શકિત હોવાથી મન દ્વારા ઉન્નતિ પણ સાધી શકાય છે અને પતનનો ગર્તામા પણ પડી શકાય છે. એક વિચારથી માનવ હસવા લાગે છે અને એક વિચારથી માનવ ભયભીત થાય છે. તેનો તો બધાંને અનુભવ છે. આ બધો વિશ્વનો ખેલ માત્ર મનનુ જ સર્જન છે

આ અદ્ભૂત શકિતના વિજ્ઞાન વડે માનવ મહા માનવ બનવાને સમર્થ બને છે. એ વિજ્ઞાન મહાન ચમત્કારી છે એ માનવીય અદ્ભૂત શકિતનુ વિજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરવું દરેક સુખાર્થીનું મુખ્યુ કર્તવ્ય હોવુ જોઇએ એ વિદ્યા મહાન અદ્ભૂત છે હે સુજ્ઞ જનો ! એ વિદ્યા પ્રાપ્ત કરીને દિવ્યતાને વરો એ દિવ્ય શકિત પ્રાપ્ત કરવા માટે પૈસાની જરૂરત નથી. ફકત તમોને પ્રાપ્ત થયેલ મનનો સંયમ કરવાથી પોતાનું મન આડીં તહીં ભ્રમણ કરી અનેક પ્રકારના વ્યર્થ વિચારોને આધીન થાય છે તેથી મનઃ

શકિતનો નાશ થાય છે. જયારે મનનો સયમ કરી સારા સારા વિચારો કરવાથી તે મન તમારી ઉન્નતિમા સહાયક બને છે. વિજય અને સફળતાનું રહસ્ય એમાં સમાયેલુ છે. દિવ્ય જીવન જીવવાના ઇચ્છુકે દિવ્ય વિચારો, દિવ્ય ભાવો, આત્મભાવો, નિ:સ્વાર્થ વિચારો વગેરેથી પોતાના મનને ભરી દેવું જોઇએ. એજ વિચારો, ભાવો, આપણા ચરિત્ર નિર્માણનું કાર્ય કરે છે અને એથી વિપરીત વિચારોને મનમાં સ્થાન આપવાથી ચારિત્ર બળ નિર્બળ બને છે.

ચારિત્ર બળથી જીવન વિકસે છે, ફળે ફુલે છે અને નિર્બળ ચારીત્રથી જીવન વિકાસ રૂંધાઇ જાય છે અને અવિકસીત જીવન ઉત્તરોત્તર નિર્બળ બનતું જાય છે જેથી આ લોક પરલોક બને દુ:ખપ્રદ બને છે. માનવ દુ:ખને ઇચ્છતો નથી પરંતુ માનવ જો પોતાના મનમાં નિકૃષ્ટ વિચારોને સ્થાન આપે તો ઇચ્છે યા ન ઇચ્છે તોપણ આ લોક પરલોકમા ખરાબ વિચારોના પરિણામે દુ:ખ ભોગ તો કરવાનો જ એ તો કુદરતનો કાનૂન જ છે તેનુ કોણ ઉલ્લંઘન કરી શકે?

પરંતુ હે પ્રિય વાંચક! જો તને દુ:ખ પ્રિય ન હોય તો તું તારા મનને સયત કરીને નિ:સ્વાર્થ, પ્રેમમય, નિર્ભય, કરુણામય વગેરે વિચારોને દિલમાં સ્થાન આપ તો તું ઇચ્છે અગર ન ઇચ્છે છતાં આ લોક પરલોક બન્ને તારા સુખદાતા જ બનવાના એ નિસદેહ વાત છે શાસ્ત્રમાં કહ્યુ છે કે "કડાણં કમ્મો ન મોક્ખો?" કરેલા કર્મો ભોગવ્યા વિના છુટકો નથી શુભ કર્મનું શુભ ફળ અને અશુભ કર્મનું અશુભ ફળ કર્તાને ભોગવવાનુ જ એ નિષ્ફળ નહિ થાય હે સુજ્ઞ? પ્રભુના આ વચનો પર શ્રદ્ધા કરીને આજથી અત્યારથી તારા મનને શુભ વિચારોથી ભરવાનો પુરૂષાર્થ આદર અને શ્રેયને વર તો તુ શિવને પામીશ

ઘણા મનુષ્યો પોતાના દુ:ખનુ કારણ ઇશ્વરને માને છે કે ઇશ્વરે અમોને દુ:ખી કર્યા પરંતુ તે અજ્ઞાનજન્ય ભ્રાન્ત ભાવના છે. ઉપર જે

સુત્ર બતાવ્યુ તેથી સ્પષ્ટ છે કે માનવના વિચારો જ માનવના સુખ દુ ખના કારણભૂત છે. જો ઈશ્વર એકને સુખી અને એકને દુ ખી બનાવે તો પ્રભુ રાગી દ્વેષી બને છે પરંતુ ઇશ્વર તો એ બે દોષોથી રહિત છે દુ ખ સુખના કારણભૂત ઇશ્વર નહિ પરંતુ માનવીય મનના વિચારો જ એનું કારણ છે, જે જેવા વિચાર કરે છે તેવો તે બને છે. સંસારની વિવિધતાનુ કારણ પણ માનવીય વિચારો જ છે. જે જેવું વિચારે છે તેવો તે બને છે. ભાવના ભેદ વિચાર ભેદથી જ સસારમા વિવિધતા ઉત્પન્ન થાય છે. તેથી દુ ખ સુખનો આપનાર ઈશ્વર નહિ પરંતુ પોતાના અશુભ વિચારોના પરિણામસ્વરૂપે જ દુ ખ ઉત્પન્ન થાય છે. તે પોતે જ પોતાની દુ:ખનો સર્જક છે તેવી જ રીતે શુભ વિચારો કરવાથી પોતે સુખી બને છે માટે પોતાના સુખનો સર્જનહાર પણ પોતે જ છે વિચારો એજ સાચું કર્મ છે, મનની અદર અનેક વિચારો આવે છે અને જાય છે પરંતુ તેના અશો સૂક્ષ્મ શરીરમા રહે છે તેને જૈન પરિભાષામાં કર્મ કહે છે. જ્યારે વૈદિક ધર્મ તેને સંસ્કાર કહે છે. તે સંસ્કારો ભવાન્તરમાં પણ જીવાત્માને સુખ દુ ખ આપવાને સમર્થ બને છે જે વિચારને વારમ્વાર કર્યો હોય એને અગર કાર્યકરવાનો સમય ન મળ્યો તો જ્યારે એને એવો સમય મળે ત્યારે તે વિચાર પુનઃ મનમા ઉત્પન્ન થઇને પોતાની ઈચ્છાનુસાર કાર્ય કરશે. જે કામ કરવાની ઇચ્છા ન હોય એને પણ લાચારીથી કરવુ પડશે, જેમ કે કોઈએ ઘણા દિવસ સુધી ચોરી કરવાનો વિચાર કર્યો પણ એને ચોરી કરવાનો અવસર ન મળ્યો અને ત્યારબાદ તેને સત્સગ પ્રાપ્ત થયો અને પોતાના આચાર વિચાર સુધારવા લાગ્યો અને પૂર્વ કરેલ ચૌર્યકર્મના વિચારો માટે પુરે-પુરો પશ્ચાતાપ પણ કર્યો અને હવે પછી એવા વિચાર નહિ કરું એવો દૃઢ નિર્ણય પણ કર્યો છતા પૂર્વના સસ્કારવશ અવસર મળતા ચોરી થઈ જાય તેવો સંભવ છે. કારણકે વિચારનો નાશ થતો નથી શરીરનો નાશ થાય તો પણ વિચારનો નાશ થતો નથી અને સસ્કારવશાત્ તેની ઇચ્છા ન હોય છતાં અશુભકર્મ થઇ જાય છે. આટલી બધી તાકાત વિચારોમા

છે. માટે જ કહ્યુ છે કે માનવનુ મન જેવા વિચાર કરે છે તેવો તે બને છે એક જાતના ઉચ્ચ અને શુભ વિચારોથી ચારિત્રનુ નિર્માણ થાય છે અને આ વિચારોની આદત પડયા પછી અજાણપણે પણ અંતરમા તે વિચારો સ્ફુરાયમાન થાય છે આ નિયમ એમ કહે છે કે તમે જેવા વિચાર કરો છો તેવા બનો છો. જો ચારિત્રમા સદ્ગુણોને વધારવા હોય તો અને દુર્ગુણોને દૂર કરવા હોય તો તેના વિરોધી સદ્ગુણના વિચારો કરો અભિમાન કે લોભને દૂર કરવા માટે નમ્રતા અને ત્યાગના વિચારો કરો તે ગુણના સ્વરૂપની રૂપરેખા તમારા મનમા કલ્પનાની પીંછી વડે ચીત્રો અને તેના ચિંતનમા લીન બનો ગુણનુ ચિંતન ન કરી શકો તો તે ગુણ ધારણ કરવાવાળા મહાન પુરુષોનુ ચિંતન કરો. તેઓની નમ્રતા, નિરાભિમાનતા, સંતોષ સર્વસ્વ ત્યાગને યાદ કરો અભિમાન કે લાલચોના પ્રબળ નિમિત્તોનો સામે અડોલ, અચલ, રહ્યા હોય તેનુ ચિત્ર તમારા મનની આગળ માનસિક દૃષ્ટિવડે ઉભું કરો થોડા દિવસના આ અભ્યાસથી તમારા સ્વભાવમા મોટો ફેરફાર થયેલો તમે જોશો. એ ગુણ તમારામા સારી રીતે પ્રગટ ન થાય ત્યા સુધી નિરંતર એ અભ્યાસ કર્યા કરો વચમા અંતર પડવા ન દેશો નિયમીતતા એ અભ્યાસનુ ખાસ અંગ છે, અને કર્મની સત્તા તોડવાનુ અમોઘ શસ્ત્ર છે એક બહેને વિચાર વિજ્ઞાનનો અભ્યાસ કર્યો પછી તેને પોતાના જીવનમા પરિણીત કરવા માટે અભ્યાસ ચાલુ કર્યો. તે નિત્ય (૧) કલાક એકાંતમા બેસી મહાન પુરૂષોના મનોબળ આત્મશક્તિ, કેવા બળવાન હતા તે પર સ્થિર ચિત્તે એકાગ્રતા પૂર્વક તેના તેજ વિચારો કર્યા કરતી અભ્યાસમા કોઈ દિવસ ત્રુટી પડવા દેતી નહિ તે ઉપરાંત પણ જ્યારે જ્યારે સમય મળતો ત્યારે ત્યારે તેવા વિચારો કર્યા કરતી આવી રીતે પાચ વર્ષ તેણે અભ્યાસ કર્યો. એક સમયે તે સગડી પાસે બેઠી હતી. ગરમ પાણી સગડીપર મુકેલ હતુ પાણી ગરમ થતા થતા એટલુ ગરમ થયુ કે જેના પ્રભાવે પાણીનુ વાસણ તૂટી ગયું અને બધુ પાણી ઉકળેલ હતુ તે બહેનના મોઢા પર પડયું. તે બહેને જરા પણ ગભરાયા

વિના કબાટમાં કોઈ દવા હશે તે લઈને મોઢાપર લગાડી. ઈજા ભયંકર હતી, અસહ્ય હતી ડોકટરને બોલાવવામાં આવ્યા ડોકટરે કહ્યું કે આ બહેને હિંમત રાખીને સાહસથી જો આ દવા મોઢાપર નેત્ર પર ન લગાડી હોત તો બહેન અંધ બની જાત આ બહેનના સાહસને ધન્ય છે. કહેવાની મતલબ એ છે કે આ બહેનમા જે આવા સંકટ સમયે ધૈર્યતા રહી તેનું ખાસ કારણ તેના અભ્યાસનું પરિણામ હતું તે જે બળવાન વિચારોને શકિતના વિચારોને કરતી હતી તે તે સમયે પ્રત્યક્ષ થયા આવા અનેક દષ્ટાંત છે અને વિચારોનું પરિણામ પણ અચૂક છે વર્તમાન કાળે જીવનમા જે દોષો છે તે ભૂતકાળના વિચારોના પરિપાકરૂપ છે અને વર્તમાનમા વિચારોથી તેમા ફેરફાર થઇ શકે તેમ છે પૂર્વના કર્મબળ સામે તેનાથી વિરોધી પ્રબળ માનસિક વિચારોને તેની સામે પ્રેરી તેનો વિનાશ કરી શકાય છે. આવા સાદા પણ અમોઘ નિયમનું જ્ઞાન થોડા જ મનુષ્યોને હોય છે. વિચારમા અદભૂત શકિત ઉત્પન્ન કરવાનું સામર્થ્ય રહેલું છે આત્મા સત્તાપણે પરમાત્મા જ છે અને તેમાથી જ આ શકિત બહાર આવે છે

એક પરમ યોગી અને એક વિષયી જીવ એ બન્ને પોતાના વિચારના ભેદથી જ તેવા થયા છે માનવ જો એ શકિતને સમજણ પૂર્વક વાપરવા શીખે તો તેની સત્તામા રહેલ પરમાત્મ સ્વરૂપ થોડા સમયમા પ્રગટ થાય તેમા જરા પણ શંકાને સ્થાન નથી

દરેક ઇચ્છા ઈચ્છાના વિપર્યય મેળવી લે છે ઇચ્છા અને સંકલ્પ બળ એ બન્નેમા ભેદ એ છે કે ઈચ્છા બહારના પદાર્થોમાં આસકત થાય છે. તેમા શુભાશુભ કે યોગ્યાયોગ્યનો વિવેક હોતો નથી સંકલ્પ બળ એ એકત્ર થયેલા અનુભવના બળથી યોગ્યાયોગ્યનો નિર્ણય કરી કલ્યાણના માર્ગ તરફ પ્રવૃત્તિ કરે છે

એક પ્રબળ ચરિત્રવાન પુરૂષ અને બીજા નિર્બળ પામર જીવ વચ્ચે તફાવત એટલો જ છે કે તે નિર્બળ આત્મા સહજ પ્રલોભનથી પોતાનો

નિર્ણિત માર્ગ તજી દઇ બાહ્ય આકર્ષણથી દોરવાય જાય છે. ત્યારે સબળ આત્મા પોતાનો આંતરિક અનુભવ અને વિવેક જે માર્ગ બતાવે છે. ત્યા જ આગ્રહ પૂર્વક પ્રવૃત્તિ કરે છે. માનવીય જીવન વિચારમય છે. દરેક ક્ષણે શુભાશુભ વિચારો તે કર્યા કરે છે. એક જન્મમાં તે જેવા વિચારો કરે છે. તેવો જ તે બીજા જન્મમા થાય છે. આ નિયમ આપણી માનસિક પ્રકૃત્તિનું સર્જન કેવું કરવું તે કાર્ય આપણને સોંપે છે એટલે કે મનનું સર્જન સારૂં હોય તો તેનું માન આપણને છે અને તે ખરાબ હોય તો તેમાં દોષ પણ આપણો પોતાનો જ છે.

કાર્ય માત્ર વિચારનું સ્થુલ સ્વરૂપ છે એક પછી એક એમ એક જ જાતના વિચારો કરતાં કરતાં વિચારોનો જથ્થો એટલો પ્રબળ થાય છે કે તેવો કોઈ એકાદ પ્રસંગ આવી મળતાં તે વિચાર વર્તનના રૂપમા પ્રગટ થાય છે. આપણે જો કોઈ પર દ્વેષની ભાવના નિત્ય કર્યા કરી એ તો તે સમય જતાં એવી સ્થિતિમા આપણને મૂકે છે કે તેવો પ્રસંગ આવતા તે પ્રબળ થયેલી ભાવના (વિચાર) સ્થુલ રૂપ લઇને અપરાધ કરાવવા રૂપે પ્રગટ થાય છે. અર્થાત્ આપણી પાસે તે એવો કોઇ ગુન્હો કે ખુન પણ કરાવે છે.

તેથી વિપરીત જે મનુષ્યો સારા વિચારો જેમકે પરોપકાર, પરમાર્થ, બીજાનું ભલુ કરવાનો કે સહાયતા આપવાનો સેવા કરવાનો, આવા વિચારો કરે છે તેવા વિચારો વારંવાર કરે છે, ભાવનાઓ કરે છે, તો તે પ્રબળ થયેલ વિચાર ભાવના વડે પ્રસગ આવતા તે મનુષ્ય પોતાની ભાવના અનુરૂપ કોઈ મોટુ કાર્ય એકાએક કરવાને સમર્થ બને છે પૂર્વ જન્મમાં પણ જેણે જે જે વિચારો, ભાવનાઓ દૃઢ કરેલ હોય અને તેને ત્યા તેવો પ્રસંગ ન મળવાથી સ્ફુરાયમાન થઈ હોતી નથી, તેનો જ્યારે આ જન્મમા ઉદય થાય છે. ત્યારે તેવો પ્રસગ મળતા જ તે તે વિચારો

ભાવનાઓ તે તે કાર્ય રૂપે પ્રગટ થાય છે. તેવા પ્રસંગે આ કાર્ય મેં શા માટે કર્યું તેની તેના કર્તાને ખબર કે સમજ પણ હોતી નથી છતાં તેમ બની આવે છે. તે મનુષ્યને પણ આશ્ચર્ય થાય છે કે આ કામ મેં શા માટે કર્યું ? મને વિચાર કરવાનો પ્રસંગ પણ ન મળ્યો પણ તે ભલો માણસ જાણતો નથી કે ગયા જન્મમાં અનેક વિચારો કરી કરીને તે ભાવનાને તેણે પોતે દૃઢ કરેલ હતી. અને તેથી જ તેને બહાર આવવાનો અનુકૂળ પ્રસગ મળતાં આ કાર્ય આ જન્મમા તેનાથી થયેલ છે.

આ ઉપરથી એમ સમજવાનું છે કે કોઈ પણ મનુષ્ય એક કાર્ય કરવા માટે વારવાર આગ્રહપૂર્વક તેના તે વિચાર કર્યા કરે છે ત્યારે તેનાથી તેની ઇચ્છાશકિત તે કાર્ય કરવાને દ્રઢ થાય છે પણ તે કાર્ય તે ક્યારે કરશે તેનો આધાર તેવા યોગ્ય પ્રસગ ઉપર રહે છે. યોગ્ય પ્રસગ મળતાં જ તે ઇચ્છાશકિત કાર્યના રૂપમાં પ્રગટ થાય છે. વિચાર કરવાની શકિત ધરાવનાર મનુષ્ય વિચાર કરતી વખતે સ્વતત્ર છે. કેમકે આગળ ઉપર વિચાર કરવા વડે તેણે મનનુ જે વલણ બાંધ્યું હોય તે આ નવા સારા વિચારો —પૂર્વના વિચારોથી વિરોધી વિચારો કરીને તે વલણને તે ફેરવી શકે છે. પણ જ્યારે પૂર્વની આ ભાવનાઓ નિકાચીત રૂપ ધારણ કરીને તેવો કોઇ પ્રસગ આવતાં કાર્ય રૂપે પ્રગટ થાય છે ત્યારે તે જીવની સ્વતંત્રતા ગતી રહે છે, અને તે પરતત્ર થઇ રહે છે હવે તેના વિચાર મનનુ વર્તન કોઈપણ રીતે બદલી શકતા નથી. પણ ઇચ્છાએ કે અનિચ્છાએ તેને આધીન થઈને તે તે અનુભવો કરવા પડે છે

હે પ્રિય આત્માઓ! વર્તમાનના ચાલુ સંસ્કારો તમને ઇષ્ટ ન લાગતા હોય તો તમે તેનાથી વિરોધી સારા ઇષ્ટ વિચારો કરવાનો અભ્યાસ અત્યારે આજથી જ શરૂ કરો તેથી ભવિષ્યમાં તે વિચારોના સસ્કાર બળવાન બની પૂર્વના સંસ્કારોને નિર્બળ કરશે. બે ઘેટાઓ લડે છે તેમા નિર્બળ હારશે પણ તે નિર્બળ ઘેટો એકદા બળવાન થતા, અને પહેલો સબળ નિર્બળ થતા તેને તે હરાવશે. એ જ દષ્ટાંતે વર્તમાનનો નાનો પુરૂષાર્થ પ્રબળ થઇ દઢ મોટો શકિતશાળી થતાં નિર્બળ થયેલા પૂર્વના સસ્કારો ને હરાવશે.

જેવી રીતે વીજળીના પ્રવાહને જો લોઢાના તારમા વહેવડાવવામા આવે તો ગરમી ઉત્પન્ન કરે છે, તેજ વીજળીના પ્રવાહને ટેલીગ્રાફના તારમા વહેવડાવવામા આવે છે તો ગતિ ઉત્પન્ન કરે છે અને જો તેજ વીજળીના પ્રવાહને ત્રાંબાના તાર દ્વારા વહેવડાવવામા આવે છે તો પ્રકાશ ઉત્પન્ન કરે છે આમ એક જ વીજળીનો પ્રવાહ જુદા જુદા સાધનો દ્વારા જુદા જુદા પરિણામોને-ફળને આપે છે તેમ જો એક આત્માની શક્તિ જુદાં જુદા સાધનોમા વહેવડાવવામા આવતા જે જે ઇચ્છિત પરિણામની જરૂરત હશે તે તે પરિણામ-ફળ-શક્તિ મેળવી આપશે. જરુરત છે વિચાર કરવાની કળા શીખવાની તે વિચાર શક્તિને કેવી રીતે વિકસીત કરવી તે કળા જે મનુષ્ય શીખશે તે તે કળા દ્વારા પોતાનુ નૂતન સર્જન કરવાને સમર્થ બની શકશે વીરો ઉઠો જાગૃત થાવ આ અમોઘ શક્તિને આજે જ અપનાવો અને ભાગ્યના વિધાતા બનો આટલી બધી સમૃદ્ધિ તમોને પ્રભુએ અર્પણ કરેલ છે છતા શા માટે કમનશીબીના રોદણા રોવો છો ? આ મોહ નિંદ્રાનો અત્યારે જ ત્યાગ કરો અને પ્રભુએ બક્ષેલ વિચારોના અમોઘ શસ્ત્ર વડે બધા જ નિર્બળ વિચારોને દૂર કરીને આત્મ વિશ્વાસથી કહો કે હુ મહાન છું, દિવ્ય છુ, દિવ્ય સપત્તિનો સ્વામિ છુ, વિકારો માત્રને હુ નાશ કરીશ મારા મનોમદિરમાં વિકારો પ્રવેશ કરી શકશે નહિ. હું દિવ્યતાને જ વરીશ મારા ભાગ્યનુ દિવ્ય નૂતન સર્જન હુ કરીને મહાન બનીશ હુ શિવપથનો પથીક બનીશ.

બધા વિઘ્નો દૂર થઇ જાવ મારો માર્ગ સરળ બનો હુ મહાન છુ. વિજેતા વીર છું સર્વ આતર શત્રુઓનો નાશ કરનાર આત્મવીર છું હે પ્રિય આત્માઓ ! આવા આત્મિક વિચારોમા લીન થઇ તેનુ વારમ્વાર ચિંતન કરો અને જુઓ તમારામા કેટલી ચેતનાશક્તિ સ્ફુરાયમાન થાય છે. અને તમારા મનનો ઉલ્લાસ કેટલો વધી જાય છે. એક વાર તમો અમારા વચન પર વિશ્વાસ રાખીને કરી જુઓ તમારૂ ભાગ્ય દિવ્ય બની જશે આવશ્યકતા માત્ર છે વિશ્વાસપૂર્વક દિવ્ય વિચારોથી મનને ભરી દેવાની સદા દિવ્ય વિચારોની કલ્પનાની પાંખે ચિદાકાશમા ઉડ્ડયન કરીને જુઓ જરૂર તમારૂ ભાગ્ય સુખપ્રદ શાન્તિમય

અને સમૃદ્ધ બની જશે. આટલી બધી સુખપ્રદ સામગ્રી આપવાની શકિત ઉન્નત આત્મિક વિચારોમા હોવા છતાં આપણે અજ્ઞાનવશાત્ સારા વિચાર ન કરતા હમેશા નીરાશાના, ગરીબીના, રોગના, ભયના અગર કોઇ ને કોઇ અપૂર્ણતાના વિચારો જ રાત દિવસ કર્યા કરીએ છીએ. કારણ જન્મ જન્માતરનો આ અભ્યાસ પડેલ છે. અને એવા વિચારો કરવાથી જ માનવી દીન, હીન, પતિત અને પામર બની ગયો છે પણ તે આ વિચારનુ જ્ઞાન ન કરતા પોતાના નિર્બળ વિચારોને જ આધીન રહે છે. તેને કોઇ જ્ઞાની કહેશે ભાઇ તું તો પ્રભુ મહાવીર જેવો આત્મા છો. ત્યારે તે નાદાન અજ્ઞાની કહેશે અરે હુ પામર પ્રભુ જેવો તે કયાથી? કયા પ્રભુ મહા-વીર અને કયાં હુ? આ પામર રાત દિવસ હાય હાય કરનાર આટલો બધો પોતાના પર અવિશ્વાસુ એ અનાદી કાળના અવિચારનું પરિણામ છે ખરેખર તે મહાન આત્માજ છે પરંતુ આત્મવિચારને ભૂલી દેહાદિના વિચારો કરવાથી તે પોતાની મહાનતાને ભૂલી ગયો છે. તેને લાખ કહીએ તો પણ તે પોતાની મહાનતા ઉપર વિશ્વાસ કરવાનો નહિ કારણ અનંત કાળથી પોતાને પામર માનવાના વિચારોથી તેના મનમા આવો વિશ્વાસ થઈ ગયો છે આ ભૂલ તો કોઈના કહેવા માત્રથી દૂર ન જ થાય તેને માટે તો પ્રથમ તેનું જ્ઞાન, અભ્યાસ વગેરે જરૂરી છે બાકી આ બધુ વિપરિત પરીણામ માત્ર પોતા માટે કરેલ પામરપણાના વિચારોનું જ પરિણામ છે, તે નિસદેહ જાણવુ એક ચોર ચોરી કરવા ગયો. ચોર હોવા છતા તે નિતીવાન હતો તેથી તે ગરીબને લુટતો નહિ તે કોઇ શ્રીમતને ત્યા ચોરી કરવા માટે ગયો તે શ્રીમતનો પુત્ર તેજ દિવસે એક સાથે આઠ કન્યાઓ પરણેલ ચોર તેને ત્યા ચોરી કરવા ગયો શ્રેષ્ઠી-પુત્ર પોતાની નવપરણિત વધૂઓને ઉપદેશ આપી રહ્યો હતો ચોર પણ તે સાંભળવા લાગ્યો. શ્રેષ્ઠી પુત્ર વૈરાગ્યવાસિત થઇને પ્રાતકાળે જૈન દિક્ષા અંગીકૃત કરનાર હતો. તે પોતાની સ્રીયોને પણ પોતાની સાથે સસાર ત્યાગ કરવા માટે સમજાવી રહ્યો હતો.

ચોર ચોરી કરવાનુ ભુલીને તે અમૃત વચનો સાભળવા લાગ્યો અને પૂર્વ કરેલા સદ્વિચારોએ જોર કર્યું. ચોર શ્રેષ્ઠીપુત્રના ચરણમા વંદન કરીને કહેવા લાગ્યો તમે મારા ગુરૂ છો મને પણ તમારી સાથે ત્યાગી જીવન જીવવાની ઇચ્છા છે મને સ્વીકારો મે મહાન પાપ કર્યા છે અને તે ચોર જૈન સાધુ બની જીવન સુધારી એક મહાન

મહાત્મા બની ગયેા. તેણે આ લેાક પરલેાક બન્નેને સુધાર્યા. ફકત વિચા-રેાની સુધારણા કરવાથી જ તે ચેારમાંથી મહાત્મા બની ગયેા. થેાડા સમય પહેલા બધા જ લેાકેા જેને ચેારનુ સંબેાધન કરતા હતા તે જ લેાકેા સાધુમય જીવન વ્યતીત કરતા તેને હવે વંદન કરવા લાગ્યા. હે પ્રિય વાચક ! આ બધેા શેનેા પ્રતાપ છે તે વિચાર! કહેા કે વિચારનેા પેાતાના વિચારને બદલવાથી ચેાર જેવેા ચેાર પણ મહાત્મા બની શકે છે. આ શક્તિ માત્ર વિચારની છે. માટે હે વીરેા ? સારા શુભ, શુદ્ધ વિચારેાને મનમાં સ્થાન આપીને ઉન્નત જીવન જીવેા. સારા વિચાર કરવા ઘણા જ સરલ છે છતા માનવેા તેવા વિચાર ન કરતા અશુભ વિચાર બહુધા કરે છે તેનું કારણ એ છે કે ખરાબ વિચારેા કરવાની તેઓને ટેવ પડી ગઇ હેાય છે અને તે ટેવ જ સારા વિચાર કરવામાં બાધક થાય છે. ઘણા મનુષ્યેા ધન પ્રાપ્તીની ઇચ્છા કરે છે ત્યારે બીજી તરફથી તેઓ માને છે કે ધન પ્રાપ્તી તેા પ્રારબ્ધને આધીન છે. એથી તેઓ અંતઃકરણથી ધન પ્રાપ્ત કરવાના વિચાર ન કરતા ગરીબીના જ વિચારેા કર્યા કરે છે અર્થાત્—ધન નષ્ટ થઈ જશે, નેાકરી જતી રહેશે અથવા વ્યાપાર નહિ ચાલે તેા અમે શું કરશુ ? એવા પ્રકારના અનેક વિધ વિચારેા અને ચિંતામાં તેઓ વ્યગ્ર રહે છે. અને રાત દિવસ ગરીબીનું જ ગાણું ગાયા કરે છે. ગરીબીના અને દરિદ્રતાના વિચારેાને મનમાં સ્થાન આપીને કેાઇ ધનવાન બની શકે નહિ. પરંતુ આશ્ચર્યની વાત એ છે કે આપણે ધનવાન બનવુ છે તે છતા પણ ગરીબીના વિચારેા જ રાતદિવસ કર્યા કરીએ છીએ, જેમકે અમુક વ્યકિતનું ધન નષ્ટ થઈ ગયું તેમ અમારું ધન નષ્ટ થઇ જશે તેા અમારા શા હાલ થશે અમુક માણસ ધનવાન હતેા પરંતુ વ્યાપારમા નુકસાન જવાથી રસ્તાનેા ભિખારી થઇ ગયેા દિકરાના લગ્ન કરવા છે, એમાં ખર્ચ થશે. અમારી પાસે ધન નથી કર્જ કરવું પડશે. કંઈ ચીજ વસ્તુ લેવાની વાત કરે તેા કહે પૈસા નથી. મિત્રોને સ્નેહીઓને બધાને કહે કે અમેા ગરીબ છીએ, અમારી પૈસા નથી. મકાન બનાવવુ છે પણ પૈસા નથી. આમ રાત દિવસ ગરી-બીના વિચારમા લીન રહે છે તે છતા ધનવાન બનવા ઇચ્છે છે। પણ તે કેમ બની શકે ? દુઃખના, નિષ્ફળતાના, વિચારેા કરીને કેાઇ સુખી બની શકે નહિ માનવ સુખને શેાધે છે, પણ રાત દિવસ દુખને, દુઃખના વિચારેાને છેાડતો નથી તો ત્યાં સુખ કેવી રીત મળે ? જ્યાં અંધકાર છે

ત્યા પ્રકાશ કેવી રીતે રહે? અંધકારને દૂર કરો તો પ્રકાશ પ્રગટ થશે તેમ મનમાંથી દુઃખ, દર્દ, ગરીબી, નિરાશા, ભય, નિષ્ફળતાના વિચારોને દૂર કરો તો મનમાં સુખ પ્રગટ થાય પણ જુના વિચારોને દૂર કરવા નથી તો નવા કેવી રીતે આવી શકશે?

એક ખેડૂતના ખેતરમા મોસંબીનો પાક સુંદર ઉતર્યો હતો ખેતરમાં એક સાધુ પસાર થયો, ખેડૂતનો રડતો ચહેરો જોઈ સાધુએ પૂછયું. "ભલા માણસ આટલો ઉદાસ કેમ છે? આનંદથી ઇશ્વરનો આભાર માન કે આવો સુંદર પાક તારા ખેતરમા ઉગ્યો છે." "ખેડૂતે કહ્યું હા પાક તો ઉગ્યો છે પણ હજુ ખેતરમાં છે તેની લણણી થઇ નથી. ન જાણે કયારે તીડના ટોળા આવી પડે. કદાચ ઢોરઢાખર મારો પાક ખાઇ જશે તો? આ ચિંતામાં હું રડું છું"

એ પછી પંદરેક દિવસ પછી તે જ સાધુ તે જ ખેતરમાંથી નીકળ્યો. ખેડૂતની લણણી પૂરી થઇ હતી તે અનાજના ઢગલા ગાડામા ભરતો હતો સાધુને થયું કે "લાવ આજ તો ખેડૂતનો હસતો ચહેરો જોતો જાઉં" પણ ખેડૂતનો ચહેરો હજુએ રડતો હતો સાધુએ પૂછયું, 'અરે ભલા ભાઇ આજે વળી શું છે તે રડે છે? આજ તો લણણી થઇ ગઈ છે તીડના ટોળાં કે ઢોરઢાખરની હવે તો ચિંતા નથી આજે તારા ચહેરા ઉપર શાની ફરિયાદ છે?'

ખેડૂતે રડતા સૂરે કહ્યુ, 'અરે સાહેબ?' તમે દુનિયાની વાતમાં શું સમજો? જો આ રીતે સારો પાક બે-ચાર વર્ષ મારી જમીન ઉપર ઉતરશે તો પછી મારી આ સોના જેવી જમીનમા રસ કસ શું રહેશે? મારું દુઃખ કોને કહુ?

સાધુને લાગ્યુ કે આ ખેડૂતનુ રૂદન કદી અટકવાનુ નથી. ચાહે બ્રહ્મા, વિષ્ણુ અને મહેશ તેને દત્તક લે તો પણ તેનુ રૂદન અટકવાનું નથી. આવી રીતે જીવન પ્રત્યે નકારાત્મક વલણ લઇને કોઇ જીવનમા આશીર્વાદ લઇ શકે ખરૂ? આશીર્વાદો અગણિત છે. જ્યારે શ્રાપો અલ્પ છે. જો તમારે ઉન્નત જીવન જીવવું હોય તો બધા નકારાત્મક

વિચારોને મનમાંથી દૂર કરવા જોઇશે. ધનવાન બનવું હોય તો સદૈવ ધનના જ વિચારો કરો. દરિદ્રતાના વિચારોને મનમાંથી દૂર કરો. સાથે-સાથે વિશ્વાસ પૂર્વક પરિશ્રમ કરો ધનવાનોનો સંગ કરો રહન સહન પણ ધનવાન જેવી રાખો. તો તમે જરૂર તેવા બની જશો. ગરીબીના વિચારોથી કેવલ તમારી જ હાનિ થતી નથી. પરંતુ, ખરાબ વિચારોની અસર બીજા પર પણ પડે છે અને તેને પણ નુકસાન કરે છે. અને વિચારોનો પ્રભાવ ઘણે દૂર સુધી અસર કરે છે. જેમ કે કોઇ વ્યક્તિએ પોતાના પુત્ર પર સામાન્ય અપરાધના કારણે ક્રોધ કર્યો તો એ ક્રોધનો વિચાર ત્યાંથી નીકળીને આગળ ગયો. માર્ગમા બીજાના ક્રોધના વિચારની સાથે મળીને વધારે પુષ્ટ બન્યો. ત્યાર પછી તે વિચાર ફરતો ફરતો કોઇ અન્ય દેશમાં કોઇ મનુષ્યના માથામાં જઇને ભરાયો.

જે પોતાની સ્ત્રી સાથે લડી રહ્યો હતો. તો એણે એ ક્રોધના આવેશમાં પોતાની સ્ત્રીને ઘણો જ માર માર્યો. પરતુ જ્યારે તેનો ક્રોધ શાન્ત થયો ત્યારે એને ઘણો પશ્ચાતાપ તથા આશ્ચર્ય થયું કે સામાન્ય અપરાધ માટે મે સ્ત્રીને આટલી બધી કેમ મારી ? કેમકે એને જ્યારે ક્રોધ આવ્યો હતો, ત્યારે તેની એ ઇચ્છા હતી કે સ્ત્રીને જરા ધમકાવવી જેથી તે આવી ભુલ ફરીથી ન કરે પરંતુ ધમકાવવાને બદલે આટલો માર કેમ માર્યો તેનુ કારણ ને પોતે પણ જાણતો ન હતો. કે બીજા મનુષ્યના ક્રોધના વિચાર તેનામાં પ્રવેશવાથી તેના ક્રોધનુ બળ આટલું બધું વધી ગયું હતું. એથી એમ સમજવાનું છે કે જ્યા ક્રોધનો વિચાર હોય છે ત્યા બીજાના ક્રોધનો વિચાર આવીને મળે છે. અને જ્યા લોભનો વિચાર હોય છે, ત્યાં બીજાના લોભનો વિચાર આવીને મળે છે. એજ પ્રકારે બીજા વિષય કષાયના વિચારો માટે જાણવુ. એવી જ રીતે જ્યાં પરમાર્થના દયા, સત્ય, અહિંસા, પ્રેમ, કરૂણા, જ્ઞાન આદિના વિચારો થતા હોય એમા એ જાતના વિચારો આવીને મળે છે અને એવી રીતે પ્રત્યેક નિર્બળ વિચાર પોતાની જાતના વિચારોને સ્વાભાવિક રીતિથી ખેચીને બળવાન બને છે એ વાતને સામાન્ય જન સમુદ સમજી શકતો નથી પરંતુ વિચાર શાસ્ત્રવેત્તા

આ રહસ્યને બરાબર જાણી શકે છે. તથાપિ શુભેચ્છાનો અભ્યાસ કરવાથી સમય જતાં આ વિષય સમજી શકાય તેમ છે.

સંકલ્પમાં અદ્‌ભૂત સામર્થ્ય છે. સંકલ્પથી અસભવ સભવ બને છે. તેનું બળ અપાર છે. આ જીવાત્મા પોતાનું સ્વરૂપ ભુલીને ભ્રાન્તિ વશ પોતાને સુખી, દુઃખી, કર્તા, ભોકતા વગેરે માનવા લાગ્યો અને સ્વને ભુલીને પામર બન્યો છે એ બધુ સકલ્પ કે વિચારનું જ કારણ છે.

ઉન્નતિ-માત્રનો મૂળ-મત્ર શુભ સકલ્પ છે. વિચારનું રહસ્ય જેણે જાણ્યું છે તે ઉન્નતિના માર્ગ પર શીઘ્રતાથી ચાલી શકે છે. માર્ગમા મુશ્કેલીઓ ઘણી આવે છે, પરતુ ધીર માનવ મુશ્કેલીઓને હસતા હસતા પાર કરે છે. તેવા માનવો આ લોક પરલોક બન્નેમાં સુખને પ્રાપ્ત કરે છે. ધીર તથા જ્ઞાન સંપન્ન માનવો જાણે છે કે જે જે સુખ અથવા દુખ છે, તે અમારા સકલ્પોનું ફળ છે અને જ્યારે અમારા શુભા-શુભ સંકલ્પોથી સુખ દુખ ઉત્પન્ન થાય છે તો દુ.ખોત્પન્ન સંકલ્પો વર્તમાનમાં અમારે ન કરવા જોઇએ. જેથી ભાવીની સુધારણા થઇ શકે. ધર્મશાસ્ત્ર પણ કહે છે કે –

"અપ્પા કત્તા વિકતા દુહાણય સુહાણય."

પોતાનો આત્મા જ પોતાના સુખ દુખનો કર્તા છે" – જો હું જ મારા સુખ દુખનો કર્તા છુ તો તેનુ વિજ્ઞાન જાણીને મારે અશુભ વિચારો, સકલ્પોથી વિરમવુ જ રહ્યું એવું વિચારીને ધીર પુરૂષો સન્માર્ગગામી બને છે શાસ્ત્રમાં વળી કહ્યું છે કે "જે માથાનો કાપનાર વૈરી નુકસાન નથી કરી શકતો તેથી અધિક નુકસાન અહિત મન કરે છે." અર્થાત્ ખરાબ અને અશુભ વિચાર કરનાર મન ભયકર આત્મ અહિત કરે છે. આથી અજાન વશાત્ જીવથી દુખ ઉત્પન્ન કર-નાર કર્મ થયેલા હોય તો તેની નિવૃત્તિ માટે તેના વિરોધી વિચારો સકલ્પો દ્રઢતાથી કરવા જોઇએ. જપ કરવાથી એ કાર્ય સિધ્ધ થાય છે. ગીતામાં શ્રી કૃષ્ણભગવાને કહ્યુ છે કે યજ્ઞાના જપયજ્ઞોઽસ્મિ અર્થાત્ સર્વ યજ્ઞોમાં જપ યજ્ઞ શ્રેષ્ઠ છે. અમારા બધા દુઃખોનુ કારણ અજ્ઞાન છે. સંકલ્પ વિકલ્પ પણ અજ્ઞાનથી જ થાય છે. આ અજ્ઞાન જ જીવનો પરમ વૈરી દુખદાતા છે એ માટે દુખ નિવૃત્તિની ઇચ્છા કરનારે એનાથી

વિરોધી સંકલ્પ (વિચાર) કરવા તે જ પરમ હિતકર છે. શાસ્ત્રમાં દુઃખ નિવૃત્તિનો ઉપાય કેવલ જ્ઞાનની પ્રાપ્તી જ બતાવેલ છે. જ્ઞાનથી જ દુ;ખનો નાશ અને મોક્ષની પ્રાપ્તી કહેલ છે. અને સંકલ્પને દ્રઢ કરનાર જપ છે. જે માનવ શુભ સંકલ્પો, શુભ વિચારોને પોતાના મનમાં સ્થાન આપશે, તે અવશ્ય પોતાના પ્રત્યેક ઈષ્ટ કાર્યને સિદ્ધ કરવા સમર્થ બનશે, એમાં સંશયને સ્થાન નથી.

પ્રકરણ ૨ જું

સારા વિચાર અને ખરાબ વિચાર પોતાની જાતી અનુસાર એક બીજા તરફ આકર્ષાય છે :-

એક જાતના પદાર્થો પોતાની જાતના પદાર્થોને ખેંચીને પરસ્પર મળી જાય છે. જેમ એક દેશનુ તેલ બીજા દેશના તેલમાં વિના પરિશ્રમે મળી જાય છે અને પાણીમા પાણી મળી જાય છે તેમજ સારા વિચાર પોતાની જાતીના સારા વિચારોમા મળી જાય છે. અને બીજાના સારા વિચારોને પોતા તરફ ખેચે પણ છે. એથી નાનો વિચાર પણ આગળ જઇને બહુ બળવાન બની જાય છે. એવી જ રીતે ખરાબ વિચાર પોતાની તરફ ખરાબ વિચારને ખેચીને એમા મળી જાય છે પરંતુ ખરાબ વિચાર સારા વિચારમા મળતો નથી મળી જતો નથી તથા સારો વિચાર ખરાબ વિચારમા મળતો નથી જેમ સતી સ્ત્રી અને વેશ્યાની મિત્રતા થતી નથી તેમજ સારા વિચારો અને ખરાબ વિચારોનુ સન્મિલન થતુ નથી કેમકે પવિત્રતાને વેશ્યાનો સંગ ગમતો નથી અને વેશ્યાને પતિવ્રતાનો સંગ ગમતો નથી. તેમજ સારા વિચારો અને ખરાબ વિચારોના વિષયમા પણ જાણવું જોઇએ. એથી જો આપણે સારા વિચારો કરીએ તો આપણી પાસે બીજાના પણ સારા વિચારો આવશે, અને જો ખરાબ વિચાર કરીએ તો ખરાબ વિચારો આપણી પાસે આવશે.

આપણાં મનમાં વિચારોને ખેંચવાની સ્વાભાવિક શકિત છે. જેમ પૃથ્વીમા જડ પદાર્થોને પોતા તરફ ખેંચવાની સ્વાભાવિક શકિત છે, તેમજ મનને વિચારોને ખેચવામા વિશેપ પરિશ્રમ પડતો નથી.

જેમ ચુમ્બકની પાસે લોખંડ સ્વત, ખેંચાઈ જાય છે, તેમજ 'શુદ્ધ અ ત કરણમાં સારા વિચારો અને મલિન અ ત કરણમાં ખરાબ વિચારો પોતાની મેળે ખેંચાઈ આવે છે એ અ ત કરણનો સ્વભાવ છે એમા આપણને વિશેષ પરિશ્રમ પડતો નથી પરતુ એના નિયમોનુ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરીને પોતાનુ ચારિત્ર શુદ્ધ બનાવવું જોઇએ.

જેવા અમારા વિચાર હોય છે, તેવા જ વિચારોને અમે પોતાની તરફ ખેચીએ છીએ અને બન્ને એક સમાન વિચાર વાળા બની જાય છે અને એનો પરસ્પર પ્રેમભાવ થાય છે. કેમકે સમાન ધર્મ-સ્વભાવ વાળાઓમાં પરસ્પર એકતા થાય છે આ વિચારોને ખેચવાની મનમા જે અમુલ્ય શકિત છે, એનો લાભ લેવાનો પ્રયત્ન આપણે અવશ્ય કરવો જોઇએ

આપણાં મનમા બહુ દૂરના વિચારોને ખેચવાનુ સામર્થ્ય છે. એટલુ જ નહિં, પરતુ દુરબીનની માફક બહુ દુરની વસ્તુને જોવાની પણ શકિત આપણા મનમાં છે એ શકિતના બળ વડે કેટલાક મહાત્માઓ પોતાની કુટીરમા બેઠા બેઠા બ્રહ્માડની જાણવા યોગ્ય બધી વાતોને જાણી શકે છે અને પોતાના વિચારોને અન્યત્ર મોકલી શકે છે. તે જ શકિત આપણાં સર્વની અદર છે. પરંતુ દુર્વાસનાઓથી આપણુ મન મલીન થયેલુ હોવાથી તે શકિત વિકાસ પામી નથી. એથી જેમ બને તેમ પોતાના મનને શુધ્ધ કરીને એ શકિતઓનો વિકાસ કરવો જોઇએ જેમ ફોનોગ્રાફ બહારના શબ્દોને ગ્રહણ કરી લે છે અને બહાર કાઢી પણ શકે છે, તેમ જ મનમાં પણ બીજાના વિચારોને ગ્રહણ કરવાની તથા બહાર કાઢવાની સ્વાભાવિક શકિત છે પરંતુ એમાં એટલી વિશેષતા છે કે બેતારનો તાર મોકલવા માટે સામે સામે ઉંચી જગ્યા પર બે યંત્ર એક જ પ્રકારના રાખવા પડે છે એક યત્ર જ્યાંથી તાર મોકલવો હોય ત્યાં હોય છે, અને બીજો જ્યા તાર લેવાનો છે ત્યા હોય છે. એ

બન્ને યંત્ર એક જ જાતના હોય છે, તેમાં જરા પણ ભેદ હોતો નથી. એથી એક યંત્રમાં જે ક્રિયા થાય તે જ બીજામાં પણ થાય છે એથી સંકેતના ચિહ્નો દ્વારા સંદેશો સમજી શકાય છે

એવી જ રીતે જેના વિચાર જાણવા છે, અથવા જેના પાસે વિચાર મોકલવાના છે, એ બન્નેના મન શુદ્ધ હોય અને પ્રબલ શુભેચ્છા યુકત હોય તો બહુ શીઘ્ર અને સરલતાથી એ બીજાના વિચાર જાણી શકે છે. તથા બાહ્યની સહાયતા વિના બહુ દૂર સુધી વિચાર મોકલી શકાય છે. એ કાર્ય કરવામાં મનને વિશેષ પરિશ્રમ પડતો નથી એનો એનો સ્વાભાવિક ધર્મ છે. પરંતુ અજ્ઞાનવશ, તુચ્છ સ્વાર્થને કારણે તથા પ્રાકૃતિક નિયમોને ન જાણવાથી એ બધી મનની મહાન શકિતઓને આપણે ગુમાવી દિધી છે. આ બધી વાતોને જાણીને તથા પૂર્ણ રીતે સમજીને ત્યારબાદ પોતાના મનને પવિત્ર રાખવું જોઇએ એનું મૂળ કારણ શુભેચ્છા છે. એ માટે સદા શુભ ઇચ્છા અને શુભ વિચાર કરવા જોઇએ.

"બીજાના મનના વિચારોને જાણવા તથા પોતાના વિચાર બીજાના મનમાં મોકલવાના નિયમો" :-

આજકાલ મન પર મલીનતાનો એવો થર જામી ગયો છે કે એમાં મલ, વિક્ષેપ, રાગદ્વેષ આદિ ઘણા દોષો ભરેલા પડયા છે એની અંદર જેટલી, શુભેચ્છા હોવી જોઇએ એટલી ન હોવાને કારણે આપણે એનાથી દૂર રહીએ છીએ એથી સર્વ પ્રથમ શુભેચ્છા દ્વારા પોતાના મનને શુધ્ધ કરવુ જોઇએ મનમા થતા સંકલ્પ-વિકલ્પોને અટકાવી મનને સ્થિર કરવાથી જ બહારના ઉત્તમ વિચારો આવી શકે છે. જેમ સ્થિર પાણીમા જે પ્રતિબિંબ પડે છે, તે સ્પષ્ટ દેખાય છે અને અસ્થિર પાણીમાં પ્રતિબિંબ બરાબર દેખાતુ નથી તેવી જ રીતે આપણી મનોવૃત્તિ સ્થિર અને એકાગ્ર હોય, તોજ બીજાના વિચાર આપણે ગ્રહણ કરી શકીએ અને સામા મનુષ્યનું મન એકાગ્ર હોય, ત્યારે આપણાં વિચાર ત્યાં પહોંચાડી શકીએ છીએ, એમ જ વિશ્વના શુભ વિચારોને પોતા તરફ ખેંચવા હોય, અને પોતાના શુભ વિચારો અન્ય પાસે મોકલવા હોય,

તો પહેલા પોતાના મનને એકાગ્ર કરતા શીખવું જોઈએ. કેમકે ચંચળ મનમા બહારના ઉચ્ચ વિચારો આવી શકતા નથી મનમાં જે જે સંકલ્પો-વિકલ્પોના તરંગો આવે છે એને રોકવા, એનું નામ એકાગ્રતા છે. જે જે વિષયમાં મન જાય ત્યાં ત્યાથી પાછું હટાવી પોતાના મહાન લક્ષ પર સ્થિર કરવુ જોઈએ. માનસ વિજ્ઞાન વેત્તાઓના મતાનુસાર મનમાં ઉત્પન્ન થનો પ્રત્યેક વિચાર પોતાના સ્વભાવાનુસાર પોતાનું સ્થાન શોધી લે છે. અને ત્યા પહોચી પાછો પોતાની ઉત્પતિ સ્થાનમા આવે છે. પ્રાણીમાત્રના મન એક જ સૂત્રામાં પરોવેલા હોય છે. અને પરસ્પર એકબીજા પર પ્રભાવ પાડે છે. સ્વાર્થી અને ખરાબ વિચાર જ્યાં જાય છે, ત્યાં ખરાબ અસર ફેલાવે છે તથા પવિત્ર વિચાર દુ,ખિત હૃદયમાં શાન્તિ અને આનંદ આપનાર બને છે.

જો તમે શુભ વિચારો કરશો, તો બધી બાજુથી શુભ વિચારો તમારી પાસે પોતાની મેળે આવવા માંડશે, એ માટે પ્રથમ પોતાના મન પર અધિકાર જમાવવો જાઈએ ત્યારે તમે જેવા બનવા ધારો છો, તેવા તમે બની શકશો, પોતાના મનને વશ કર્યા સિવાય, પૂર્ણ શકિત અને સ્થિર–શાન્તિ પ્રાપ્ત કરવાનો બીજો કોઇ ઉપાય નથી. સારા વિચારો, શુભ વિચારો સૂક્ષ્મ પરમાણુંઓના બનેલા હોય છે, તે કારણુથી તે ઉપર રહે છે, એથી એને ખેંચવામા પરિશ્રમ પડે છે અને અશુભ વિચારો જડતા વાળા હોય છે, એથા નાચે રહે છે અને સહજમાં જ તેવા વિચારોને મળી જાય છે. વિચારોના પણ રૂપ અને આકાર હોય છે આકારવાળી તથા રૂપવાળી વસ્તુ ચાહે જેટલી સૂક્ષ્મ હોય તો પણ વજનવાળી હોય છે, તેથી હલકી અને ભારે હોય છે જે ભારે વસ્તુ હોય છે તે નીચે રહે છે અને હલકી વસ્તુ ઉપર રહે છે અર્થાત્–રોગ, વિકાર વર્ધક વાયુ નીચે રહે છે, અને આરોગ્ય વર્ધકવાયુ ઉપર આકાશમા રહે છે

અનુભવી લોકો કહે છે કે જેમ નિર્મલ પાણી સમુદ્રના ઉપર રહે છે અને ખરાબ પાણી નીચે રહે છે. તેમ જ ઉત્તમ વિચાર સૂક્ષ્મ હોવાથી ઉપર રહે છે અને ખરાબ વિચાર હીન હોવાથી નીચે રહે છે. એ માટે,

જે ખરાબ વિચાર કરે છે એને ખરાબ વિચારો વડે તત્કાલ પુષ્ટી મળે છે કેમકે ખરાબ વિચાર જડ હોવાથી નીચે આપણી આસપાસ રહેતા હોવાથી વિના પરિશ્રમ શીઘ્ર જ ખરાબ વિચારમાં મળી જાય છે. પરંતુ સારા વિચાર સૂક્ષ્મ હોવાથી ઉપર બહુ દૂર રહે છે, એથી સહજમાં મળતા નથી જ્યારે આપણે તેના માટે પરિશ્રમ, પ્રયત્ન સતત કરીએ ત્યારે તે મળે છે એથી જો આપણે ખરાબ વિચાર કરશુ તો ખરાબ વિચાર પોતાની મેળે દોડીને આપણાં વિચારમાં મળી જશે. આપણે જેટલા ખરાબ વિચાર કરશું, એનાથી આપણી અધિક હાની થશે તેથી હમેશા જાગૃત રહેવુ જોઇએ કે એક પણ ખરાબ વિચાર મનમા પ્રવેશવા ન પામે પ્રકૃતિનો એ નિયમ છે કે સુક્ષ્મ વસ્તુ સૂક્ષ્મ તરફ ખેચાય છે, અને જડ વસ્તુ જડ તરફ પવિત્ર તરફ પવિત્ર અને પાપીની તરફ પાપી ખેચાય છે જો આપણે ઉચ્ચ શ્રેણીના સુક્ષ્મ વિચારોને આપણી તરફ ખેચવા હોય તો આપણે પહેલાં આપણા મનને સુક્ષ્મગ્રાહી બનાવવું જોઇએ. કેમકે જ્યારે આપણું મન સુક્ષ્મ પ્રભાવ ગ્રહણ કરવાને યેાગ્ય થાય છે ત્યારે સુક્ષ્મ વિચારોને પકડી શકે છે.

જેવી રીતે વાયરલેસ તાર મોકલવાની એક કળ એક જગ્યાએ જ્યાથી મોકલવાનુ હોય ત્યાં હોય છે અને બીજી એવી જ કળ જ્યા સદેશો મોકલવાનો હોય ત્યાં હોય છે તેથી તે એક બીજાનો સદેશો તરત ગ્રહણ કરી શકે છે પરંતુ જો એક બાજુની કળ ખરાબ થઇ જાય તો તે બીજી બાજુથી આવેલો સદેશો ગ્રહણ કરી શકતી નથી એવી જ રીતે આકાશ તત્ત્વમાં ગુપ્ત રીતે અસખ્ય સારા વિચારો ભર્યાં પડયાં છે એની કળ તો સાફ જ છે

પરંતુ આપણી મનરુપી કળ એટલી સાફ નથી તેથી ઉપરની કળમાથી આવેલો સદેશો તે ગ્રહણ કરી શકતી નથી. તેથી આપણે આપણી મનરૂપી કળને સૌથી પ્રથમ સાફ કરવી જોઇએ. એને માટે આપણે સાત્વિક આહાર વિહાર, પવિત્ર અને શુદ્ધ આચરણ અને સત્યપ્રિયતા અને સત્યભાષણનો અભ્યાસ કરવો જોઇએ

જેવા આપણાં વિચાર હોય છે. તેવાજ બીજાના વિચાર આપણે આપણી તરફ ખેંચી શકીએ છીએ અને બન્ને એક સમાન વિચાર વાળા થવાથી તેઓને પરસ્પર પ્રેમ ભાવ ઉત્પન્ન થાય છે કેમકે સમાન ધર્મવાળામા જ પરસ્પર એકતા થાય છે જેમકે એક વખત બાદશાહે પોતાના મંત્રી બીરબલને પુછ્યુ તમારો મારા પર કેવો પ્રેમભાવ છે. બીરબલે કહ્યુ બે ચાર દિવસમા જવાબ આપીશ બીજે દિવસે બાદશાહ અને બીરબલ વેશ પરિવર્તન કરીને ગામ બહાર ફરવા ગયા, ત્યારે ત્યાથી એક દૂધ વેચવાવાળી બાઈ જઈ રહી હતી બીરબલે તે દૂધવાળીને પૂછ્યુ ને કઈ સાભળ્યુ કે નહિં દૂધવાળી પૂછવા લાગી શુ ? તો બીરબલે કહ્યુ બાદશાહ સલામત આજે સવારે ગુજરી ગયા તે દૂધવાળી હાથના નખરા કરતી અને મુખ મચકોડતી કહે અમારે તો બધાજ બાદશાહ છે, અને ચાલી ગઇ. બાદશાહ કહે કેવી નખરાબાજ સ્ત્રી છે અને નિર્દય છે. થોડે દૂર ચાલ્યા ત્યાં એક વૃદ્ધ સ્ત્રી માથા પર ઘાસનો ભારો લઇને આવતી હતી તેને બીરબલે કહ્યુ માજી માજી કઈ સાંભળ્યુ, કે નહિ ? નારે બેટા શું વાત છે ? માજી આજે સવારે બાદશાહ સલામત ગુજરી ગયા. શુ તમોને ખબર નથી ? આ વાત બીરબલે પુરી કરી ન કરી ત્યા તો તે વૃદ્ધ સ્ત્રી ઘાસ નીચે નાખીને ચોધાર આસુથી રડવા લાગી અને કહેવા લાગી લાખોના પાલનહારને પ્રભુ તેં શા માટે લઇ લીધો તેને બદલે મને લઇ જતા. એમ વિલાપ કરતા જમીન પર ઢળી પડી અને બેશુદ્ધ થઈ ગઈ બાદશાહ દોડીને ત્યાં આવ્યો, અને તે વૃદ્ધાનુ શીર પોતાના ખોળામા લઇને પોતના વસ્ત્ર વડે પવન નાખવા લાગ્યો, અને કહેવા લાગ્યો માતાજી હુ મરી ગયો નથી, આ રહ્યો જીવતો છું. અને વૃદ્ધાના આનંદનો પાર ન રહ્યો બાદશાહે બીરબલને કહ્યુ કે આ માજીને રહેવાને સારૂં ઘર આપો, અને તેને માસિક ખર્ચ પણ રાજ્ય તરફથી મળે તેવો બંદોબસ્ત આજથી જ કરી દેજો. બીરબલે કહ્યુ જહાપનાહ જોયુ તમારા પ્રશ્નનો ઉત્તર અપાઇ ગયો. બાદશાહ કહે કેવી રીતે, બીરબલ કહે પ્રેમથી પ્રેમ મળે છે. જેવો પ્રેમ તમારો મારા પર તેવો જ મારો તમારા પર તેનું પ્રત્યક્ષ દષ્ટાંત આ વૃદ્ધ

માતાજીનું છે. તેના દિલમાં તમારા પ્રત્યે જે પ્રેમ હતો તેથી તમારો પ્રેમ પણ તેને મળ્યો. પ્રેમથી પ્રેમ અને દ્વેપ થી દ્વેપ મળે છે. ઉપરના દૃષ્ટાંતથી એ સમજવાનુ છે કે પ્રેમમય વિચારો પ્રેમમય વિચારોમાં મળે છે, જેથી બન્ને વ્યકિતઓનું કલ્યાણ થાય છે. માટે હે પ્રિય વાચકો ? સદા શુભ વિચારોનુ જ અનુસરણ કરો અને સુખને વરો, દરેક ખરાબ વિચારનું મૂળ સ્વાર્થભાવ જ હોય છે અને એવો સ્વાર્થપૂર્ણ વિચારોનો એક તરંગ પણ જો મનમાં ઉત્પન્ન થાય તો પ્રેમનો બંધ તૂટી જાય છે પ્રેમી જનોનો પ્રેમ એક ક્ષણમા તોડવાને તે સમર્થ બને છે જે નીચેના દ્રષ્ટાંતથી સમજી શકાશે. એક રાજા તથા નગરશેઠને ઘણો જ સ્નેહભાવ, ઘનિષ્ટ મિત્રતા હતી શેઠને ચદનના લાકડાનો વેપાર હતો. કોઇ એકાદ પ્રસંગે શેઠનો મુનીમ શેઠને કહેવા લાગ્યો, ચંદનના લાકડામા હવે સડવાનો ભય છે. આ સાંભળતા જ અનાદિકાળનો આ જીવાત્માને જે સ્વાર્થભાવનો અભ્યાસ છે, તેને વશ તે શેઠના મનમાં એક સૂક્ષ્મ તરગ ઉત્પન્ન થયો કે, જો રાજા મરી જાય તો ચંદન ઉપયોગમા આવે. અને નુકસાનીથી બચી શકાય. પ્રિય વાચક, વિચારજે આ વિચારના મૂળમા શુ છે સ્વાર્થ ? સ્વાર્થ ! બધા અનર્થોની ખાણ સ્વાર્થી વિચારો છે સ્નેહીઓના સ્નેહ તૂટી જાય છે. પ્રેમીઓના પ્રેમબધન તૂટી જાય છે. અને જન્મ જન્માંતરમા જીવા-ત્માને દુખ ભોગ કરાવે છે. તેવા આ સ્વાર્થમય વિચારોને હે પ્રીય વાચક ! તુ કોઇ દિવસ તારા દિલમાં સ્થાન ન આપીશ સદા પરમાર્થના જ વિચારોમા રત રહેતા, શીખજે, અસ્તુ. બીજે દિવસે રાજ્ય સભામા શેઠ ગયો, શેઠનું આસન રાજાની બાજુમાં હતું તે રાજાનો પરમ મિત્ર હતો પરતુ રાજાને આજે શેઠને જોતા જ તેના પર સ્નેહભાવ આવવાને બદલે એકદમ મનમા તેના પ્રત્યે અણગમો ઉત્પન્ન થયો, શેઠની હાજરી તેને અસહ્ય થઇ, અને રાજાના મનમા શેઠનું અહિત કરવાના નાના પ્રકારના વિચારો આવવા લાગ્યા. વાચક વિચાર જે સ્વાર્થમય વિચારોનુ આ પરિણામ છે. રાજા મનોવિજ્ઞાનનો જાણનાર હતો તે વિચારવા લાગ્યો મને શેઠ પર આવા વિચારો આવવાનુ શુ કારણ છે. પ્રત્યક્ષમાં શેઠે મારૂં કોઇ નુકશાન

કરેલ નથી છતા મારી મનોભૂમિમાં તેના પ્રત્યે આ દ્વેષભાવ શા કારણથી થઇ રહ્યો છે. સભાનુ કાર્ય સમાપ્ત થતા રાજાએ એકાતમાં શેઠને પૂછ્યુ મને તમારા પ્રત્યે આજ અશુભ વિચારો આવે છે તેથી મને જણાય છે કે તમારા મનમાં પણ મારા માટે કોઈ અનિષ્ટ વિચાર ઉત્પન્ન થયો હોવો જોઇએ. જે બન્યું હોય તે નિર્ભયતાથી સાચુ કહેશો તો બન્નેનું હિત છે. નહિતર મારાથી મારા વિચાર વશ કોઈ અહિત કાર્ય થઇ જશે. શેઠને પણ રાજા પ્રત્યે કોઇ વૈરભાવ તો ન જ હતો. કેવળ જુગ જુની સ્વાર્થભાવની વૃત્તિ વશાત્ અશુભ તરંગ મનમા ઉત્પન્ન થયેલો. તેણે બધી સત્ય હકીકત કહી. રાજાએ પોતાના મંત્રીને બોલાવી બધું જ ચંદન ખરીદ કરીને રાજવાડીમાં બંગલો બધાવવાનો હુકમ કર્યો. અને બન્નેનો પ્રેમભાવ પૂર્વવત્ કાયમ રહ્યો આમ વિચારોની સારી અને ખરાબ અસરો, પ્રભાવો જાણતા અજાણતા માનવ મનમા થયા કરે છે. અને અનર્થોની પરંપરા પણ કોઇવાર સર્જાય છે. અને સારા વિચારોનો પ્રભાવ સારૂં પરિણામ પણ ઉત્પન્ન કરે છે. માટે સુજ્ઞ જનોએ વિચારની કળા જાણવી જરૂરી છે. તે દ્વારા હિતકારી વિચારોને મનમાં આવવા દેવા જોઇએ જ્યારે આપણે પ્રસન્નતા, સુખદર્શિતા આદિના વિચારો કરીએ છીએ ત્યારે બીજાના તેવાજ વિચારોની લહેરોને આકર્ષિત કરીએ છીએ એથી થોડા સમયમા ચારે તરફથી પ્રસન્નતાના વિચારો આવતા દેખાય છે. એનાથી વિપરીત ઉદાસીનતા, નિરાશાના વિચારોને પોતાના મનમા રાખવામાં આવશે, તો એવા જ વિચારો ચારે તરફથી આપણાં મનમા પ્રવેશ કરશે કેમકે ક્રોધ, ઇર્ષ્યા, દ્વેષ આદિના વિચારો પોતાની જાતીના વિચારોને આકર્ષિત કરે છે. તથા પ્રેમના વિચાર પ્રેમ ભાવના વિચારોને આકર્ષિત કરે છે. અને પ્રેમને વધારે છે. વિચાર સિવાય સંગની પણ જીવન પર ઘણી અસર થાય છે. તેથી આપણે જેવા મનુષ્યોના સગમાં રહીએ છીએ એ મનુષ્યોના મનમાથી નિકળતી વિચાર ધારાને આપણે ગ્રહણ કરીએ છીએ એટલુ જ નહિ એની ચાલ રહન-સહન

ઇચ્છા હોય તો તમે આજથી અત્યારથી શુભ, અને શુદ્ધ વિચારોને પોતાના મનમાં સ્થાન આપો. સદા આત્મિક વિચારોમાં શકિતશાળી વિચારોમાં જેમકે હું અનંત શકિતવંત આત્મા છું, નિર્ભય આત્મા છું જ્ઞાનવંત આત્મા છુ, નિરામય, નિર્વિકારી, નિર્વિપય, પરમાનંદમય આત્મા છું, આવા શુદ્ધ વિચારોમાં જ મનને સદા લીન રાખો. તે ઉપરાંત સ્વાર્થ ભાવના બધાજ વિચારોને મનમાંથી જેમ ઘઉંમાંથી કાંકરા દૂર કરવામાં આવે છે તેમ મનમાંથી દૂર કરો. વીણી વીણીને શોધી શોધીને દૂર કરવા જરૂરી છે. અને પરમાર્થમય, સર્વજન હિતકારી, કરૂણામય વિચારોથી મનને ઓતપ્રોત બનાવવુ જોઇએ. તો જ તમારી જીવન જ્યોત પોતાના સાચા સ્વરૂપમા પ્રકાશીત બને. અને તે મનને વશ કરવાથી જ સિદ્ધ થઈ શકે તેમ છે કહ્યુ છે કે,– "મન. એવ મનુષ્યાણાં કારણ બંધ મોક્ષયો" મનુષ્યનું મન જ બંધન અને મુકિતનું કારણ છે. મનને જીતવાથી વિશ્વને પણ જીતી શકાય છે. મનને વશ કરવુ એટલે મનના વિચારોને નીયંત્રીત કરવા. ઘણા માણસોની એવી ફરિયાદ છે કે મન જે અબાધ રીતે અનેક પ્રકારના વિચારો કર્યા કરે છે તેને શી રીતે જીતી શકાયે. પરંતુ મનને જીત્યા વિના જીવન જ્યોત પ્રકાશીત થઇ શકે જ નહિ આત્મજ્યોતિને માનસિક વિચારો જ આવરણ (પડદા) રૂપ છે. અશુભ વિચારો તે કાળો પડદો છે તેને પ્રથમ શુભ વિચારો કરવાનો અભ્યાસ કરાવવો જરૂરી છે. શુભનો પડદો સફેદ છે અને જીવન જ્યોતને પ્રકાશ કરનારો છે. ત્યારબાદ શુદ્ધ વિચારોનો અભ્યાસ કરવો જરૂરી છે અભ્યાસ દ્વારા સફળતા મળી શકે છે. મનરૂપી ચામની જો રાત દિવસ અશુભ વિચારોમાં સંલગ્ન રહે તો જીવન જ્યોતરૂપ આત્માને આ ભવમા તો દુઃખ પ્રાપ્ત થાય પરંતુ ભવાન્તરમાં પણ દુ,ખ ભોગવવું પડે છે. જેમ કે એક તંદુલ મચ્છ હોય છે. તેનું શરીર ભાતના દાણા જેવડું હોવાથી તેનુ નામ તંદુલ મચ્છ પડયું છે તેનું નિવાસ સ્થાન સમુદ્રમાં વસતા મોટા મોટા મગરમચ્છોની આંખની પાપણમાં હોય છે. તે મોટા મગરો મોટા મોટા વહાણો મનુષ્યો સહિત ગળી જાય અને પાછા તેના મુખ વાટે બહાર કાઢી નાંખે ત્યારે આ તંદુલ મચ્છ પાંપણમાં રહેલ છે ને આ દશ્યને જોઇને વિચારે છે કે આ મગરોમાં કંઇ જ અક્કલ નથી. હું જો

આની જગ્યાએ હોઉં તો એક પણ માનવને જીવતો ન રહેવા દઉં. આવા હિંસક વિચારો થોડો સમય કરીને તે મરીને નરકમાં જાય છે. જેણે હિંસા તો નથી કરી પરંતુ હિંસા કરવાના કેવલ વિચારો જ કર્યા છે તેના પ્રભાવે જીવન જ્યોતરૂપી આત્માને નરકના અસંખ્ય દુઃખ ભોગવવા પડે છે. માટે અશુદ્ધ વિચારને દૂર કરવાની કેટલી જરૂરત છે તે પ્રિય વાચક તું વિચાર જ્યારે થોડો સમય તંદુલ મચ્છે હિંસા જન્ય વિચારો કર્યા તો નરકમાં જવું પડયુ તો હે પ્રીય માનવબંધુઓ રાત દિવસ અશુભ વિચારોમાં જ રત રહેનારની શી દશા થશે તે તમે જ વિચારો. કેવળ હિંસા જન્ય વિચારોનું જ તે પરિણામ ફળ હતુ. જૈન દર્શનમાં એક કથા છે કે એક રાજાએ પોતાના અનુજ બંધુની સ્ત્રી જે પવિત્રતા શીયળવતી નારી હતી તેને ભોગવવાનો વિચાર કર્યો. પરંતુ સતી સ્ત્રીઓ કોઇને વશ થતી નથી રાજાનાં ફકત તે પર સ્ત્રી ભોગવવાના વિચાર માત્રથી રાજા નરકમાં ગયો. ફકત વિચારમાં આ શકિત છે કે જીવન જ્યોત રૂપ આત્મ તેજને હણી નાંખે છે અને અસહ્ય નરકની યાતનાઓનો ભોગ કરાવે છે. હે પ્રિય વાચક! જો તુ સુખાભિલાષી હો તો સત્વર શુભ અને શુદ્ધ વિચારોનો આશ્રય લઇને સુખી બનવાનો પ્રયત્ન આદર. ઘણા મનુષ્યો મનને સર્વથા છુટ આપી દે છે. તેના મનમા રોકટોક વિના અનેક પ્રકારના અશુભ વિચારો આવે છે. તે ઇચ્છે નહિ પણ તે આવ્યા જ કરે છે અને અંતે તે મનુષ્ય તેને વશ થઇ જાય છે પછી કહે કે શુ કરૂં હુ હેરાન હેરાન થઇ ગયો. આ વિચારો મારો કેડો છોડતા જ નથી. કોઇ મનુષ્ય રાત દિવસ નકામી ચિંતાઓ જ કર્યા કરે છે કે મારી પાસે પૈસા નથી, મારી નોકરી છુટી જશે તો હું શુ કરીશ, મારી તબીયત ખરાબ થઇ જશે તો મારા શા હાલ થશે, શુ કરશું, વગેરે વગેરે નકામા વિચારો કર્યા જ કરે છે. કોઇ વળી વિચારે છે મારૂં મૃત્યુ થશે તો પાછળ મારા પરિવારના શા હાલ થશે આવા આવા અનેક વ્યર્થના વિચારો કરીને માનવ પ્રભુદત્ત મહાન વિચાર શકિતનો દુરૂપયોગ કરીને પોતે જાતે દુઃખી થાય છે અને તેવા ખરાબ વિચારોનું વાતાવરણ આસપાસમાં રચીને બીજાને પણ એની ખરાબ અસર કરે છે આ તેઓનુ અજ્ઞાન જ દુઃખનુ કારણ છે

સ્વભાવ અનુભવો વગેરેને ગ્રહણ કરશું પરંતુ જો આપણે સુચનાના નિયમો જાણતાં હોઇએ અને વિચાર તત્વોનું જ્ઞાન હશે તો પ્રતિપક્ષી સંકેતો દ્વારા એના પ્રભાવથી બચી શકીશું. જેમકે અમુક અશુદ્ધ વિચાર નષ્ટ થઈ જાવ, ચાલ્યો જાવ, તો તે અવશ્ય દૂર થઇ જશે. અનેક મનુષ્યો પરસ્પરના ગુણ-દોષોને, ઉચ્ચ તથા નીચ સ્વભાવોને સંગ દોષથી ગ્રહણ કરે છે કોઇના સંગથી મન બેચેન, વિકલ થઇ જાય છે, કેમકે એના મનમા અશ્રદ્ધા, અવિશ્વાસ, શંકા આદિ ભરેલ હોય છે તો કોઇના શરીરમાંથી સ્વાભાવિક ઓજસ્ નિકળે છે, એ વડે શારીરિક સ્વાસ્થ્ય વધે છે. જે આપણે સદ્‌ગુણોને પ્રાપ્ત કરવા છે, તો આપણાં મનને વિચાર વિજ્ઞાન દ્વારા શિક્ષા આપીને પોતાને વશ કરવું જોઇએ. બીજાના વિચારોના પ્રભાવોને સૂચના (સંકેતો) દ્વારા ગ્રહણ અથવા ત્યાગ કરવા જોઇએ. માનસિક કાર્યનો અધિકાંશ ભાગ ગુપ્ત મનમાં થતો રહે છે એથી જે કાર્ય પૂર્તિની ઇચ્છા હોય, તે કાર્ય ને વસ્તુને સદા પોતાની પાસે જ હોવાની કલ્પના મનમાં ધારણ કરવી જોઇએ, જ્યા સુધી એ પ્રાપ્ત ન થાય ત્યા સુધી. એક વિદ્વાનનું કથન છે કે જે પોતાના ભુજાના બળ પર કોઈ કાર્ય સંપાદન કરવા માટે પૂર્ણ વિશ્વાસથી પ્રવૃત્ત થાય છે, તે અવશ્ય એ કાર્યમા સફળતા પ્રાપ્ત કરે છે. કેમકે પૂર્ણ વિશ્વાસ જ કાર્યસિદ્ધિનો મહામંત્ર છે એક વિદ્વાનનુ કથન છે કે પ્રબળ ભાવના અસંભવને પણ સંભવ કરવા સમર્થ છે. ઉત્સાહ અને રસ એ વાતની ભવિષ્યવાણી છે કે તે મનુષ્ય કેટલુ કાર્ય કરી શકશે. હે સજ્જનો! વીરતા અને ધૈર્યતાથી સર્વ કાર્યસિદ્ધ બની શકે છે. એ માટે પુરૂષાર્થ કરો તો શીઘ્ર સફળતા પ્રાપ્ત થશે. એનો અનુભવ કરીને જુઓ

પ્રકરણ ૩ જું

જીવન જયોત

જીવનની જયોત, જીવનનો પ્રકાશ આત્મા જ છે શરીરમાં આત્મા છે તો જ જીવન છે. તે આત્મા દ્વારાજ હલન, ચલન અને બધું વિજ્ઞાન થાય છે. તે જીવનની જયોત, આત્મ પ્રકાશ અનંતો છે. તેનો અંત નથી તે મહાન શક્તિવંત અને અનંતગુણનો ધારક આત્મા છે અને એજ જીવનની જયોત છે. જીવનનો પ્રકાશ અવિનાશી આત્મ તત્ત્વ છે. હવે પ્રશ્ન એ ઉપસ્થિત થાય છે કે આવો મહાન આત્મા આ શરીરમાં છે, જેના દ્વારા જીવન છે, તે શરીરમાંથી ચાલ્યો જવાથી જીવન નિષ્પ્રાણ, નિચેષ્ટ બની જાય છે. તે આત્મા મહાન હોવા છતાં અમો દીન, હીન, પામર, અસહાય અને પતિત કેમ બની ગયા છીએ? આ પ્રશ્ન સ્વભાવિક જ છે. એના ઉત્તર આ પ્રમાણે છે. જેમ જીવન જયોત તેજ પ્રકારે દીપકની જયોત હોય છે તે દીપકની જયોત પર જ્યારે ચીમની રાખવામાં આવે છે અને તે પણ રાખનારની ઇચ્છા મુજબ એટલે કે કોઈ લાલ રંગની, કોઈ આસામાની રંગના, પીળા રંગની, કોઈ શ્યામ રગંની અને કોઈ સ્વચ્છ સફેદ રંગની ચીમનીઓ દીપક જયોત પર ચઢાવે છે. હવે ચીમનીઓના વિવિધ રૂપે પ્રકાશ પણ વિવિધ રૂપનોજ દેખાવાનો મૂળ દીપકની જયોતિ તો પ્રકાશ રૂપ જ છે પરંતુ ચીમનીના પ્રભાવે જયોતિ વિવિધ રંગની દેખાય છે, કોઇ લીલારંગની, અને કોઇ દેખાય છે. તેવી જ રીતે આત્મ જયોતિ પર પણ મનરૂપ ચીમની લગાવેલી છે અને મનના વિવિધ વિચારોથી આત્મ જયોત પણ વિવિધ પ્રકારની ભાષે છે. જ્યારે માનવ સ્વાર્થમય વિચારો કરે છે ત્યારે તે સ્વાર્થી કહેવાય છે. જ્યારે મનમા ક્રોધ આવે છે ત્યારે તે ક્રોધી કહેવાય છે એમ હિંસક પરિણામો અસત્ય વિચારો સંગ્રહવૃત્તિના વિચારો લોભ, માન, માયા, પ્રપંચ એવા તથા નિરાશાના, દિનપણાના, હીનપણાના, અશ્રદ્ધાના, એવા એવા અનેક વિધ વિચારો જ્યારે મન કરે છે ત્યારે આત્મજયોત પોતાના શુદ્ધ પ્રકાશ પર આવરણને લઇને બહાર શુદ્ધ રૂપે પ્રકાશીત થતી નથી પણ મનોવ્યાપાર અનુસાર તે દેખાય છે જો તમારે તમારી જીવન જયોતને તેના ખરા સ્વરૂપમા પ્રગટ કરવાની ભાવના હોય અને

ઇચ્છા હોય તો તમે આજથી અત્યારથી શુભ, અને શુદ્ધ વિચારોને પોતાના મનમાં સ્થાન આપો સદા આત્મિક વિચારોમાં શકિતશાળી વિચારોમાં જેમકે હુ અનત શકિતવંત આત્મા છું, નિર્ભય આત્મા છું જ્ઞાનવંત આત્મા છુ, નિરામય, નિર્વિકારી, નિર્વિષય, પરમાનંદમય આત્મા છું, આવા શુદ્ધ વિચારોમાં જ મનને સદા લીન રાખો. તે ઉપરાંત સ્વાર્થભાવના બધાજ વિચારોને મનમાથી જેમ ઘઉંમાંથી કાંકરા દૂર કરવામાં આવે છે તેમ મનમાંથી દૂર કરો. વીણી વીણીને શોધી શોધીને દૂર કરવા જરૂરી છે. અને પરમાર્થમય, સર્વજન હિતકારી, કરૂણામય વિચારોથી મનને ઓતપ્રોત બનાવવું જોઇએ. તો જ તમારી જીવન જ્યોત પોતાના સાચા સ્વરૂપમા પ્રકાશીત બને. અને તે મનને વશ કરવાથી જ સિદ્ધ થઈ શકે તેમ છે. કહ્યુ છે કે,–
"મન. એવ મનુષ્યાણાં કારણ બંધ મોક્ષયો" મનુષ્યનું મન જ બંધન અને મુકિતનુ કારણ છે. મનને જીતવાથી વિશ્વને પણ જીતી શકાય છે. મનને વશ કરવુ એટલે મનના વિચારોને નીયંત્રીત કરવા. ઘણા માણસોની એવી ફરિયાદ છે કે મન જે અબાધ રીતે અનેક પ્રકારના વિચારો કર્યા કરે છે તેને શી રીતે જીતી શકાય. પરંતુ મનને જીત્યા વિના જીવન જ્યોત પ્રકાશીત થઇ શકે જ નહિ. આત્મજ્યોતિને માનસિક વિચારો જ આવરણ (પડદા) રૂપ છે. અશુભ વિચારો તે કાળો પડદો છે તેને પ્રથમ શુભ વિચારો કરવાનો અભ્યાસ કરાવવો જરૂરી છે. શુભનો પડદો સફેદ છે અને જીવન જ્યોતને પ્રકાશ કરનારો છે. ત્યારબાદ શુદ્ધ વિચારોનો અભ્યાસ કરવો જરૂરી છે. અભ્યાસ દ્વારા સફળતા મળી શકે છે. મનરૂપી ચીમની જો રાત દિવસ અશુભ વિચારોમા સલગ્ન રહે તો જીવન જ્યોતરૂપ આત્માને આ ભવમાં તો દુઃખ પ્રાપ્ત થાય પરંતુ ભવાન્તરમાં પણ દુ:ખ ભોગવવું પડે છે. જેમ કે એક તંદુલ મચ્છ હોય છે. તેનું શરીર ભાતના દાણા જેવડું હોવાથી તેનુ નામ તંદુલ મચ્છ પડયુ છે તેનું નિવાસ સ્થાન સમુદ્રમાં વસતા મોટા મોટા મગરમચ્છોની આંખની પાંપણમાં હોય છે. તે મોટા મગરો મોટા મોટા વહાણો મનુષ્યો સહિત ગળી જાય અને પાછા તેના મુખ વાટે બહાર કાઢી નાંખે. ત્યારે આ તંદુલ મચ્છ પાંપણમાં રહેલ છે તે આ દૃશ્યને જોઇને વિચારે છે કે આ મગરોમાં કંઇ જ અક્કલ નથી. હું જો

આની જગ્યાએ હોઉં તો એક પણ માનવને જીવતો ન રહેવા દઉં. આવા હિંસક વિચારો થોડો સમય કરીને તે મરીને નરકમાં જાય છે. જેણે હિંસા તો નથી કરી પરંતુ હિંસા કરવાના કેવલ વિચારો જ કર્યા છે તેના પ્રભાવે જીવન જ્યોતરૂપી આત્માને નરકના અસંખ્ય દુ:ખ ભોગવવા પડે છે. માટે અશુદ્ધ વિચારને દૂર કરવાની કેટલી જરૂરત છે તે પ્રિય વાચક તું વિચાર જ્યારે થોડો સમય તંદુલ મચ્છે હિંસા જન્ય વિચારો કર્યા તો નરકમાં જવું પડયું તો હે પ્રીય માનવબંધુઓ રાત દિવસ અશુભ વિચારોમાં જ રત રહેનારની શી દશા થશે તે તમે જ વિચારો કેવળ હિંસા જન્ય વિચારોનુ જ તે પરિણામ ફળ હતુ. જૈન દર્શનમા એક કથા છે કે એક રાજાએ પોતાના અનુજ બંધુની સ્ત્રી જે પવિત્રતા શીયળવતી નારી હતી તેને ભોગવવાનો વિચાર કર્યો પરંતુ સતી સ્ત્રીઓ કોઇને વશ થતી નથી. રાજાનાં ફકત તે પર સ્ત્રી ભોગવવાના વિચાર માત્રથી રાજા નરકમાં ગયો. ફકત વિચારમા આ શકિત છે કે જીવન જ્યોત રૂપ આત્મ તેજને હણી નાખે છે અને અસહ્ય નરકની યાતનાઓનો ભોગ કરાવે છે હે પ્રિય વાચક! જો તુ સુખાભિલાષી હો તો સત્વર શુભ અને શુદ્ધ વિચારોનો આશ્રય લઇને સુખી બનવાનો પ્રયત્ન આદર. ઘણા મનુષ્યો મનને સર્વથા છુટ આપી દે છે. તેના મનમાં રોકટોક વિના અનેક પ્રકારના અશુભ વિચારો આવે છે. તે ઇચ્છે નહિ પણ તે આવ્યા જ કરે છે અને અંતે તે મનુષ્ય તેને વશ થઇ જાય છે પછી કહે કે શુ કરું હુ હેરાન હેરાન થઇ ગયો. આ વિચારો મારો કેડો છોડતા જ નથી કોઇ મનુષ્ય રાત દિવસ નકામી ચિંતાઓ જ કર્યા કરે છે કે મારી પાસે પૈસા નથી, મારી નોકરી છુટી જશે તો હું શું કરીશ, મારી તબીયત ખરાબ થઇ જશે તો મારા શા હાલ થશે, શુ કરશુ, વગેરે વગેરે નકામા વિચારો કર્યા જ કરે છે. કોઈ વળી વિચારે છે મારૂં મૃત્યુ થશે તો પાછળ મારા પરિવારના શા હાલ થશે આવા આવા અનેક વ્યર્થના વિચારો કરીને માનવ પ્રભુદત્ત મહાન વિચાર શકિતનો દુરૂપયોગ કરીને પોતે જાતે દુ:ખી થાય છે અને તેવા ખરાબ વિચારોનું વાતાવરણ આસપાસમાં રચીને બીજાને પણ એની ખરાબ અસર કરે છે આ તેઓનુ અજ્ઞાન જ દુ:ખનું કારણ છે.

અજ્ઞાન જેવુ કોઇ દુઃખ નથી. ઘણા શ્રીમંત લોકો પોતાનું ધન કોઇ લઇ ન જાય તે જ વિચારમાં ચિંતાગ્રસ્ત રહે છે અને પોતે દુખી થાય છે, અને ચેપી રોગની જેમ વાતાવરણને પણ દુષીત કરે છે. આથી કરીને માનસશાસ્ત્રનો અભ્યાસ કરવો એ સર્વ મનુષ્યો માટે ઘણો જ કલ્યાણપ્રદ છે આ માનસ વિદ્યા જો માનવ જાત શીખી લે તો તેના ઘણા દુ.ખોનો અંત આવી જાય. વર્તમાન કાળે જે દેશની પરિસ્થિતિ છે તેનુ કારણ પણ વિચાર વિજ્ઞાનના અભાવને આભારી છે. હે માનવ બંધુઓ, આ સરળ અને સાદી વિદ્યા શીખવા માટે આજથી અત્યારથી પ્રયત્નશીલ બનો અને આ લોક પરલોક બન્ને ને સુખમય બનાવો

આ વિશ્વ તરફ જોતાં આપણને વિવિધ પ્રકારના મનુષ્યો જોવામાં, આવશે. કોઇનો સ્વભાવ ક્રોધી છે, કોઇનો સ્વભાવ લોભી છે કોઇનો સ્વભાવ સ્વાર્થી છે, કોઇનો સ્વભાવ પ્રપંચી છે કોઈ દગા ખોર છે, કોઇ હિંસક છે, અસત્યવાદી છે તેથી ઊલટુ કોઇ માનવી ક્ષમાવંત છે, કોઇનો શ્વભાવ અહિંસક છે, કોઇ દયાવાન છે, કોઈ દાનસુર સરલાત્મા છે, કોઇ સંતોષી છે, કોઇ નિર્ભય છે, કોઇ ત્યાગવીર છે આમ દુનિયામાં વિવિધતા છે તેનુ કારણ પણ એજ છે કે ભૂતકાળમા જે જે વ્યકિતઓએ જેવા જેવા વિચારો કર્યા છે તે તે પ્રમાણે તેઓનો સ્વભાવ અને ચારીત્ર બનેલ છે સારા વિચાર કરનારનો સ્વભાવ સારો અને ખરાબ વિચારો કરનારનો સ્વભાવ ખરાબ થયો છે માનવ પોતે જ પોતાના ભાગ્યનો સર્જક છે અને જે કઇ વર્તમાનમાં પ્રાપ્ત થયેલ છે તે પણ જાણે અજાણ્યે ઇચ્છેલ જ મળેલ છે પોતે જ વાવેલ બીજોનો પાક તે લણી રહ્યો છે, જેને કર્મની સત્તા કહેવામા આવે છે માટે નિરાશાને ક્યાંઇ સ્થાન નથી. તમારી પરિસ્થિતિ સારી ન હોય તો તેના જવાબદાર તમે પોતે જ છો. પરંતુ તેના રોદડા રોવાથી કંઇજ બની શકે તેમ નથી, જે સત્તાથી, જે વિચાર શકિતથી તમારી પરિસ્થિતિ ખરાબ

સારી ન હોય તો તેના જવાબદાર તમે પોતે જ છો પરંતુ તેના રોદણા રોવાથી કંઇ જ બની શકે તેમ નથી. જે સત્તાથી, જે વિચાર શકિતથી તમારી પરિસ્થિતિ ખરાબ થઇ છે તેનાથી મુકત થવાને તમે સ્વતંત્ર છો. જેવી રીતે કોઇ કારીગર પોતાની ભુલથી મકાન સારૂ ન બનાવી શકયો હોય તો તે ફરીથી પોતાની ભુલ સુધારી નવીન ઇચ્છિત મકાન (ઘર) બનાવી શકે છે તેવી જ રીતે કુશલ જીવાત્મા પોતાની ભુલને સુધારી ઈચ્છિત ભાગ્યનું સર્જન પોતાના સારા વિચારો દ્વારા નિર્માણ કરી શકે છે જ્ઞાની પુરૂષોએ કહ્યુ છે કે હે મહા માનવ ! તુ જ તારા ભાગ્યનો વિધાતા, બ્રહ્મા છો અને તારા ભાગ્યના ફળનો ભોકતા, વિષ્ણુ પણ તું જ છો અને કર્મ માત્રનો નાશ કરનાર શિવ પણ તુ જ છો. આટલી બધી સત્તા, શકિત માનવ જીવનમાં જ છે બીજા પ્રાણીઓ પોતાના ભાગ્યનું સર્જન કરવા અસમર્થ છે કારણકે બીજા પ્રાણીઓમાં કોઇને તો મન છે અને કોઇને મન નથી અને જેને મન છે તે પણ મનુષ્યના મનની સરખામણીમાં નહિ જેવું છે. પરતુ માનવનુ જ મન વિકસીત અને વિચાર કરવાને સમર્થ છે તે ધારે તો મનના વિચારો દ્વારા પોતાનું ભાગ્ય પોતાની ઈચ્છા પ્રમાણે સર્જી શકે છે મનુષ્યને જે શકિત મળી છે તે દ્વારા તે ઇચ્છિતને પ્રાપ્ત કરવાને સમર્થ છે એટલુ જ નહિ પરતુ જો નર કરણી કરે તો નરમાથી નારાયણ થઇ શકે છે. જો માનવ ઇશ્વરી વિચારોમા સલગ્ન રહે તો તે ઈશ્વર રૂપ બને છે. આમ હોવા છતા ઇશ્વરદત્ત વિચાર શકિતનો કોઇ સદુપયોગ ન કરે અને પરિસ્થિતીઓ તથા ભાગ્યના રોદણા રોવે તો તે તેના અજ્ઞાનને આભારી છે. અવિવેક સમો કોઇ શત્રુ નથી જે વિવેકી છે તે તો ઉચીત, હિતાહિતનો વિચાર કરીને ઉચિતનો આદર અને અનુચીતનો ત્યાગ કરી વિકાસને સાધી સુખને વરે છે જેમ કે એક શ્રીમત હતો તેને એક અતિ રૂપવંત સુંદર કન્યા હતી તેનુ નામ રૂપમાલા હતું રૂપ સાથે તેને ગુણોની પણ સંપત્તિ મળેલી હતી. રૂપ અને ગુણ બન્નેનો યોગ થવાથી જાણે સુવર્ણમાં સુગંધ એવો

યોગ થયો હતો સાથે સાથે વિદ્યા કળા આદિનો પણ અભ્યાસ કર્યો. યથા સમયે સર્વ વિદ્યાઓમાં પ્રવિણ ને રૂપમાલા યોગ્ય વયની થઇ ત્યારે તેના રૂપ ગુણની ખ્યાતિ ચારે તરફ ફેલાવાથી અનેક જગ્યાએથી તેના માગા આવવા લાગ્યા. પરંતુ હાલ સુધી તેના પિતાને કોઈ યોગ્ય ન લાગવાથી બધાને ના પાડી હતી ત્યાર બાદ એકદા પ્રસ્તાવે કાશીનો રાજકુમાર, અંગ દેશનો રાજકુમાર, તથા વિદર્ભનો રાજકુમાર એમ ત્રણ રાજકુમારો એક સાથે એકી સમયે રૂપમાળાને વરવા માટે આવ્યા. શ્રેષ્ઠી પુત્રી રાજ રાણી થાય તે કોને પસંદ ન આવે પરંતુ આતો ત્રણ, કોને હા કહેવી અને કોને ના કહેવી. આ વિચારથી શેઠના મનમાં થોડી વિમાસણ ઉત્પન્ન થઇ રૂપમાળા ઘણી જ બુદ્ધિશાળી હતી તેણે પોતાના પિતાને કહ્યુ, હે પિતાજી ! આમાં કંઈ વિચારવા જેવું નથી. તમો ત્રણ રાજકુવરને મારી પાસે બોલાવો હું પરીક્ષા લઇશ કે કોને મારે પરણવું. ત્રણે રાજકુમારોને બોલાવવામાં આવ્યા એક રાજકુમારને રૂપમાલાએ કહ્યુ, તમે મારી એક ઇચ્છા પુરી કરશો ? રાજકુમારે હા પાડી. રૂપમાલાએ કહ્યું, તો પ્રાગણમા જઇને ઉભા રહો. તમારી પાસે થઈને જે નિકળે તેની સામે વાંદરા જેવુ ડાચિયુ કરીને દાંત કટકટાવજો

રાજકુમાર પ્રાગણમાં જઈને વાંદરા વેડા કરવા લાગ્યો

શ્રેષ્ઠિ અને બીજા અચબામાં પડી ગયાં કે રૂપમાલાએ આ શુ કર્યું ? બીજા રાજકુમારને બોલાવીને રૂપમાલાએ કહ્યુ તમે મારી એક ઇચ્છા પૂરી કરવા પ્રાગણામાં ઉભા રહો અને ગધેડાની પેઠે હોંચી હોંચી કરીને ભૂંકવા માંડો આ કુમારે તેમ કરીને બતાવ્યુ ત્રીજા રાજકુમારને રૂપમાલાએ કહ્યુ તમે પ્રાગણમાં કૂતરા પેઠે, હાથ પગ ભોયપર રાખીને રહો અને ભસવા માંડો.

રાજકુમારે પૂછ્યુ શા માટે ?

રૂપમાલા કહે માટે એવી પરીક્ષા કરવી છે કે, તમે મારી ઇચ્છા પૂરી કરી શકશો કે નહિ?

યુવરાજે કહ્યું દેવી! હું માનવી છું. માનવી તરીકેના સદ્‌ગુણો, સદ્‌વિદ્યા કે સદાચારની પરીક્ષા લો તો તેવી પરીક્ષા આપવી એ ઉચિત છે. પણ તમને પ્રિય બનવા માટે તેવી અનુચિત પ્રકારની પરીક્ષા આપવી તે કોઇ રીતે યોગ્ય નહિ ગણાય માટે તેવી અનુચિત પરીક્ષા આપવા હુ કુતરું બનવા તૈયાર નથી રૂપમાલાએ પોતાના પિતાને કહયુ પિતાજી આ ત્રીજા રાજકુમાર સાથે મારા લગ્ન કરો, હું તેમને પરણીશ શ્રેષ્ઠિ બોલ્યા : પુત્રી, આ રાજકુમારે તારી વાત માનવા ના કહી અને પેલા બે એ તારી ઇચ્છા પૂરી કરવા વાનરવેડા પણ કરી બતાવ્યા રૂપમાલા બોલી: પિતાજી તેઓએ મને મેળવવા માટે અનુચિત ઉપાય પણ અપનાવ્યો. પોતાને ગમે તે મેળવવા જે અનુચિતને આચરે અનુચિત ઉપાયો યોજે છે તેઓ કુળવાન કે ગુણવાન ગણાશે નહિ જ્યારે આ રાજકુમારે અનુચિત ઉપાય આચરવા કરતા ઇચ્છિતનો ત્યાગ કરવાનું ઉચિત માન્યું આનું નામ જ સાચુ ચારિત્ર્ય ગણાય. શ્રેષ્ઠિ બોલ્યા ધન્ય પુત્રી! તે કુળ દિપાવ્યુ.

કહેવાનો મતલબ એ છે કે માનવ જીવનનું મૂલ્ય ઉચિતના ગ્રહણમા અને અનુચિતના ત્યાગમાં જ રહયુ છે ગમે તે પ્રયત્ને ઇચ્છિત મેળવવા મથનારા ભલે ગમે તેવા બાહ્ય દ્દષ્ટિથી મહાન હોય છતા તેઓ તુચ્છ છે ઉચિત અનુચિતનો જેને વિચાર નથી તેઓ સજ્જનપણાનું માન ખોઈ બેસે છે. હે પ્રિય વાચક! ઉપરોકત દ્દષ્ટાંતથી એ સમજવાનુ છે કે ઉચિતને ગ્રહણ કરી તારી જીવન જ્યોતને પ્રકાશમાન કરવી તે પણ તારા જ હાથમા છે અને અનુચિતને આચરી જીવન જ્યોતને અજ્ઞાન અંધકારથી આચ્છાદિત કરવી તે બન્ને તારા હાથમાં જ છે. ભૂતને ભૂલી વર્તમાનનો સદુપયોગ કરીને ભાવીને દિવ્ય જયોતિર્મય બનાવવુ તારા જ હાથમાં છે. માટે મોહ નિદ્રાનો ત્યાગ કરીને આજથી અત્યારથી દિવ્ય જીવન જીવવાનો સંકલ્પ

કર અને ઉન્નત, ભવ્ય, દિવ્ય વિચારો કરવાનો અભ્યાસ કરી ને જીવન જ્યોતને પ્રકાશમાન કરવા પ્રયત્નવંત થાન આ સુવર્ણ અવસરે તે કરવા યોગ્ય કાર્ય નહિ કરે તો પછી તે ક્યારે બનશે. તેનો તુ વિચાર કર આવું માનવ જીવન વારંવાર મળવાનું નથી સદ્વિચારો કરવા માટે કોઇ ધનની કે અન્ય બાહ્ય સામગ્રીની પણ જરૂર નથી. ફક્ત જે અગાઉ વિચારો કરવાની મનને ટેવ પડી છે તેને પ્રયત્નપૂર્વક સુધારવાનો પુરુષાર્થ કરવાનો છે આ તદ્દન સરલ માર્ગ છે અને લાભ તેમા ઘણો જ છે જ્યારે મનના સંક્લેશ ઉત્પન્ન થાય, અશુભ વિચારોનુ જોર વધે ત્યારે ત્યારે તેને અટકાવો, સારા પ્રભુસ્મરણ વગેરે વિચાર કરવાના છે જ્યારે જ્યારે રાગદ્વેષાદિ વિકારો મનમા સંક્લેશ ઉપજાવે ત્યારે તેને ટાળવા માટે નીચે બતાવેલા ત્રણ ઉપાયો કામમા લેવા

૧ મારે અરિહંત પ્રભુનુ શરણ છે, ૨ મારે સિદ્ધ પ્રભુનુ શરણ છે, ૩ મારે સાધુથી ભગવંતોનું શરણ છે, ૪ મારે જૈન ધર્મનુ શરણ છે, જન્મ જન્માંતરમાં કરેલા સર્વ દુષ્કૃતોની હે પ્રભુ માફી માગું છુ, સર્વ મહાન પુરૂષોના સુકૃતની અનુમોદના કરૂ છું

આ વિચારોમા અદ્ભુત તાકાત છે રાગાદિ વિકારોને ઓછા કરે છે શરણ સ્વીકારવામા સરળ છે અને મહેનત વિશેષ નથી અને લાભ અપરંપાર છે જીવનમા આનો અભ્યાસ પડી જવો જોઇએ અભ્યાસ ચાલુ ત્રિકાળ તો કરવો જ જોઇએ, પરંતુ જ્યારે જ્યારે મનમા ઉદ્વેગ ગુસ્સો, અહંકાર કે કોઇ જાતનો વિકાર ઉપજે ત્યારે ત્યારે વારંવાર આ વિચારો કરવા જોઇએ. ગદગદ ભાવભીના હૃદયે જાણે રટણા ચાલે "મારે અરિહંતનુ શરણ, મારે સિદ્ધ પ્રભુનુ શરણ, મારે સાધુનુ શરણ, મારે જૈન ધર્મનુ શરણ, મારા દુષ્કૃતો મિથ્યા થાઓ, મહાપુરૂષોના સુકૃત્યોને ધન્ય છે" આવી વિચાર ધારા સતત ચાલે તો પછી શુ તાકાત કે મનોવિકારો ઉભા રહે

કદાચ તત્કાળ ન જાય, સમૂળગા ન જાય તો પણ મોળા પડે અને અંતમાં તો નાશ પામે જ પામે એક વખત કરીને તો જુઓ કેવો અલભ્ય લાભ થશે અને તમારી જીવન જ્યોત દિવ્ય બનશે સારાંશ એ છે કે શુદ્ધ અને શુભ વિચારોને અપનાવો અને અશુભ, અશુદ્ધ વિચારોને મનોમંદિરમાંથી દેશવટો આપો. એજ સુખી બનાવાનો રાજમાર્ગ છે અને જે સીધો અને સરલ માર્ગ છે તેને છોડીને ઘણા માનવો ભુલથી ભ્રાન્તિથી ઉંધે માર્ગે ચાલીને સુખી થવા મથી રહ્યા છે તે ભુલને જ્ઞાનીના વચનમાં વિશ્વાસ કરી ને ત્યાગો અને સન્માર્ગમાં ચાલો. જરૂર તમે આ લોક પરલોકમાં દિવ્ય સુખના ભોકતા બનશો જો તમે પ્રેમમય વિચારમાં લીન થશો તો તમોને ચારે તરફથી પ્રેમ મળશે અને તમારા શત્રુઓ પણ તમારા મિત્ર બની જશે વૈર વૈરથી શમતુ નથી લોહીથી ખરડાયેલુ વસ્ત્ર લોહીથી સાફ થતું નથી પરંતુ પાણીથી સાફ થાય છે. તેમજ વૈર પણ પ્રેમથી શાન્ત થાય છે તેથી સર્વે જીવો સાથે પ્રેમ ભાવના, મૈત્રીભાવના વિચારો કરો, તેવો વ્યવહાર કરો, તમોને પણ તે જ મળશે. જે જેવુ આપે છે તેનું તેને મળે છે એ કુદરતનો અચૂક નિયમ છે પ્રેમના વિચારો શીતળતા, શાન્તી આપનાર છે જ્યારે વૈરના વિચારો અગ્નિ સમાન છે સ્વયં જીવન જ્યોતને બાળે છે અને બીજાને પણ અંતરમાં દાહ ઉત્પન્ન કરે છે, માટે વૈર ભાવના વિચારોને મનમાંથી દૂર કરવા પ્રેમના વિચારોને અપનાવો. હે વાચક ! જો તારી અંતરની ઇચ્છા સુખી થવાની હોય તો ચંદનથી પણ શીતળતા આપનાર આ પ્રેમમય વિચારોનો અભ્યાસ આજથી અત્યારથી જ શરૂ કર અને સુખી થા. સુખ કંઇ આપ મેળે ઉપરથી વરસવાનું નથી, કે કોઇ દેવી શકિત તને સુખી કરવાને સમર્થ નથી અને કદાચ તુ એમ ધારતો હોઇશ કે ધનથી હુ સુખી થઈ શકીશ તો તે તારી ભ્રાન્તિ છે દયા, દાન અને દિલની કરૂણા વિનાનું ધન તને સુખ આપવાને સમર્થ બની શકે તેમ નથી એ જ્ઞાનીઓના વચનને હરપળે યાદ રાખજે, સદ્ગુણહીન ધન માનવ મનને

અનેક રીતે પીડાજનક બને છે પ્રેમ જ પારસમણી છે પ્રેમ જ રત્ન ચિંતામણી છે. પ્રેમ ભાવના જ ઈચ્છિત આપનાર કામધેનુ છે

જે કોઈ મહાત્મા, અરિહંતો, પ્રભુ, ઈશ્વર, જિન, બુધ્ધ, કૃષ્ણ વગેરે થયા છે તેમણે આ પ્રેમનો મહાન મત્ર જીવનમા આચરીત કર્યો હતો "આત્મવત્ સર્વ ભૂતેષુ" આ મહામંત્રને જીવનમાં પરિણીત કર્યો અને મહાન બન્યા. આ મહામત્ર વડે બુધ્ધે અંગુલીમાલી જેવા લૂટારાને પણ ત્યાગવીર બનાવ્યો આ પ્રેમના મહામંત્ર વડે પ્રભુ મહાવીરે ચંડકૌશીક નાગને સ્વર્ગનો અધિકારી બનાવ્યો રાજ્ય સત્તા અને શસ્ત્રો અગુલીમાલીને મહાત ન કરી શકયા તેને બુધ્ધ ભગવાને માત્ર ક્ષણભરમાં પોતાના પ્રેમમય વિચારોથી જીતી લીધો અને તે તેનો શિષ્ય બની ગયો.

રાજ્ય સત્તા અને શસ્ત્રો જે કરવાને સમર્થ નથી તે, પ્રેમ જરા વારમા કરી દેખાડે છે માટે પ્રેમને સ્વીકારો, સ્વીકારો ચડકૌશીક નાગની દ્દષ્ટિમા જ ઝેર હતુ. તે દ્દષ્ટિ વિષ સર્પ હતો તેની દ્દષ્ટિ પડતા માનવોને ઝેર ચડતુ, તે કારણથી તે જે વનમા રહેતો હતો ત્યાંથી કોઇ માનવી તો શુ પશુ, પક્ષી પણ જતા આવતા ન હતા તે રસ્તો ઉજ્જડ બનેલો હતો પરતુ પ્રભુ મહાવીર તે રસ્તે ગયા અને પોતાના પ્રેમ વડે તેને જીતી લીધો. અને તેના ઝેર ભર્યા વિચારોને દુર કરી પ્રેમના અમી તેને પાયા જેથી તે સ્વર્ગમા ગયા આ બધો સતસંગનો પ્રભાવ છે શાસ્ત્રોમા સત્ સગનો ઘણો જ મહિમા વર્ણવેલ છે '. ક્ષણમીહ સતસગતિ ભવાર્ણવે નૌકા ' એક ક્ષણ માત્ર પણ જો સત્ પુરૂષોનો સગ થાય તો ભવ સમુદ્ર તરવાને તે નૌકા સમાન બને છે. સત પુરૂષોએ પોતાના મનોવિચારોને પરમ શુદ્ધ અને શુભ બનાવેલ હોય છે તેઓના મનમા પરમાર્થના જ વિચારો રમતા હોય છે અને સ્વપ્નમા પણ તે કોઈનું અહિત કરવાના વિચારો કરતા નથી તેઓએ પોતાના મનમાથી સ્વાર્થ ભાવના વિચારોને દેશવટો આપ્યો હોય છે તેઓ પવિત્ર વિચારોમા જ લીન રહેતા હોવાથી

મનસા, વાચા, કર્મણા પવિત્ર આચરણવાળા હોય છે જે તેમની સંગત કરે છે તેને તેમના પવિત્ર જીવનના પરમાણુ સ્પર્શી જાય છે અને તે માનવ હોય કે કોઇ બીજો તે પવિત્ર બની જાય છે પાપીમા પાપી પણ સતસંગથી ભવસાગર તરવાને સમર્થ બને છે તોરલ નામની પવિત્ર પતિવ્રતા સતીનો સગ એકદા જેસલ જેવા લૂંટારોને થયો અને તેના દિલનુ પરિવર્તન થયું તે સતીના ચરણમા પડીને મને તારો એવો પોકાર કરવા લાગ્યો. સતીએ કહ્યુ – "પાપ તારૂ પ્રકાશ રે જાડેજા ધર્મ તારો સંભાળ રે જાડેજા તારી બેડલી નહિ ડુબવા દઉં." તારૂ બધું પાપ જેજે તે કર્યુ હોય તે તે હૃદયના પશ્ચાતાપ પૂર્વક મને કહે અને ફરીથી તેવા પાપ ન કરવાની પ્રતિજ્ઞા કર અને તારો ધર્મ સંભાળ એટલે તું ક્ષત્રીનો બચ્ચો છો તો ક્ષત્રીને જ છે કે જે અશરણ, અનાથ, અપગ નિરાધાર, પતિત વગેરેને સહાયતા કરે. માટે તે તારો ધર્મ છે તેનુ આચરણ કર હે જાડેજા ! તો તારી જીવન નૈયા તરી જશે તેને તારવાનો આ માર્ગ છે તેણે તે પ્રમાણે કર્યું કેટલી તો મોડબંધ જાનોને લૂંટી હતી, પ્રાણી હિંસા કરી હતી પરતુ સત્ સગના પ્રભાવે તે ફરીને નવજીવન જીવી પોતાની જીવન નૌકાને તારવાને સમર્થ બન્યો

આવા અનેક દૃષ્ટાંતો સતસંગનો મહિમા બતાવતા મોજુદ છે. પરતુ કહેવાની મતલબ એજ છે કે આ બધો પ્રતાપ માત્ર વિચારોનો જ છે વિચારોમા મહાન શકિત છે. સારા પવિત્ર વિચારોથી ઉત્થાન થાય છે. જ્યારે ખરાબ સ્વાર્થમય વિચારોથી માનવીય જીવન પતનની ગર્તામા ધકેલાય જાય છે અને તેની જીવન જ્યોત ધૂંધલી બને છે ત્યારે પવિત્ર અને પ્રેમમય વિચારો સ્વપર કલ્યાણકર બને છે અને તેવા વિચાર કરનારની જીવન જ્યોત પ્રકાશમય બને છે જીવન જ્યોત પ્રકાશીત બને યા ધૂંધલી તેનો બધો આધાર મનરૂપી ચીમની જેવા વિચારો કરે તેના ઉપર નિર્ભર છે.

ગીતામાં કહ્યું છે કે,

'આપને તારનાર આપ, આપને ડુબાડનાર આપ!
આપ જ આપનો બંધુ, આપ જ શત્રુ આપનો!
ગીતા અ ૬-૫

જીવાત્મા પોતે જ પોતાને તારનાર છે. તેથી તેજ તેનો મિત્ર કે બંધુ સમાન છે. અને જીવાત્મા પોતે જ પોતાને ડુબાડનાર હોય પોતે જ પોતાના શત્રુ સમાન છે. મનના વિચારો સુધારવાથી જીવન પણ સુધરે છે અને પવિત્ર બને છે, આવા જીવો પોતાના મિત્ર કે બંધુ સમાન છે. જ્યારે રાત દિવસ મનમા સ્વાર્થમય અશુભ વિચારો કરનારનુ જીવન પણ તેવું જ બને છે તેથી તેવા જીવો પોતે જ પોતાના શત્રુ સમાન બને છે દુનિયાના બીજા જીવો પણ પોતાના શત્રુ કે મિત્ર પણ ત્યારે જ બને છે કે જ્યારે આપણુ વર્તન સારું હોય તો મિત્ર બને છે અને જ્યારે આપણું વર્તન ખરાબ હોય છે ત્યારે મિત્રો પણ અમિત્ર બને છે. શત્રુતા કે મિત્રતા, સ્વર્ગ કે નરક અને સંસાર કે મોક્ષ બધુ આ મનોમંદિરમા જ છે. તે જ્ઞાનોદય થતા સમજાય તેમ છે આથી હે સુજ્ઞ જનો, પ્રેમમય અને પવિત્ર જીવન જીવવા સાટે પોતાના મનોમંદિરમાં પ્રેમમય વિચારોને, પવિત્ર વિચારોને નિઃસ્વાર્થ વિચારોને સ્થાન આપો. તેવા વિચારો કરવાનો પ્રયત્ન પૂર્વક અભ્યાસ કરો અને વિશ્વાસ રાખો. પ્રભુ મહાવીરનુ સમોસરણ દેવોએ રચેલ છે; ૧૨ ગણો અશોકવૃક્ષ છે પૃથ્વી શિલાપટ પર પ્રભુ બિરાજમાન છે ચાર બાજુનુ સમોશરણ છે ત્યાં દેવો, દેવીઓ, મનુષ્યો મનુષ્યણિઓ, પશુ પક્ષી વગેરે પ્રભુ દર્શન અને પ્રભુની વાણી શ્રવણ કરવા માટે આવેલ છે એ પ્રભુની અહિંસામય મૂર્તિ પ્રેમમય મૂર્તિ જનના મનના વિતાપને હરે છે દર્શકોના દિલને અહિંસા અને પ્રેમના પરમાણુઓ સ્પર્શ કરે છે અને તેઓ તેવાજ ભાવોમા લીન થાય છે પ્રભુનો ઉપદેશ છે [illegible] મા હણો મા હણો કોઈ જીવોને હણો નહિં, તેવા વિચાર કરો નહિ તેવા વચનો બોલો નહિ જો સુખની અભિલાષા હોય તો સુખ આપવાથી સુખ મળશે, દુઃખ આપવાથી તે તે જીવોને દુઃખ પ્રાપ્ત થશે કરેલા

કર્મનું ફળ અવશ્ય મળે છે. સારા કર્મનુ સારૂં ફળ ખરાબ કર્મોનુ ખરાબ ફળ કર્તાને અવશ્ય પ્રાપ્ત થાય છે હે સુખાભિલાષી જીવો, અગર તમારે સુખની કામના છે તો સત્કર્મો કરો

અસત્ કર્મો કરીને કોઈને સુખ પ્રાપ્ત થયુ નથી અને ભવિષ્યમા થવાનુ પણ નથી. સુખનો ઉપાય સર્વ જીવોનું હિત ઈચ્છવું તેજ છે પ્રભુના મુખમાંથી પ્રેમસુધા વરસી રહે છે તે પ્રેમાળ જ્યોતિની વિચાર ધારાનો પ્રવાહ માનવ, દેવ દેવી વગેરેના દિલમા પણ પ્રભાવ પાડે છે એટલું જ નહિ પ્રભુનો આ પ્રેમમય મંત્ર "એ જીવમા જે શિવરૂપ છે તે તું હું એમ ધાર. ' આ જીવ રૂપે જે શરીરમા છે તે જ શિવ, તારો અને મારો આત્મા છે. તેને જાણવાથી દુ:ખ માત્રનો નાશ થઈને પરમાનંદની પ્રપ્તિ થાય છે આ વિચાર ધારા પશુ પક્ષીઓના દિલને પણ સસ્પર્શ કરે છે અને વેર વિરોધને તે ભુલે છે. સિંહ અને બકરી ઉંદર અને બિનાડી. સર્પ અને નોળીયો આવા જાતી વેરવાળા પ્રાણીઓ પ્રભુની વિચાર ધારાના સસ્પર્શથી અરસપરસનો વેર વિરોધ છોડી એક બીજા સાથે પ્રેમથી વિભોર થઈને ખેલવા માંડે છે અને તે દિવ્ય પ્રેમ સુધાનુ પાન કરીને પોતાના દિલમા પરમાનંદનો અનુભવ કરે છે

પ્રભુના તે પાવન સમવશરણમા સર્વ જીવો તે પ્રેમ સુધાના પાન કરી ને પરમાનંદમા લીન થઇ પાવન થઇ જાય છે. પ્રભુનો તે દિવ્ય પ્રેમ, તેનુ વર્ણન આ લેખની કરવાને સમર્થ નથી આ અહિંસાનુ અમૃત પીનારના જન્મ જન્માન્તરના પાપ તાપ નાશ પામે છે આ પ્રેમ-સુધાનુ પાન કરનાર અમર જીવનનો યાત્રી બને છે. વધારે શુ લખવું જે વ્યક્તિ તેના પર મનન, ચિંતન કરશે તેને આ પરમાનંદનો અનુભવ થશે. એ પ્રભુના પ્રેમનો પ્રભાવ પશુ પક્ષી ઉપર પણ કેટલો અસર કરે છે. સ્થાનકવાસી જૈનોના પ્રતિક્રમણમા સમવસરણનો અધિકાર આવે છે ઘણા ભાઇ બહેનો પ્રતિક્રમણ કરે છે અને ફોનોગ્રાફની જેમ પાઠ બોલી જાય છે પરંતુ આ દિવ્ય પ્રેમનુ સ્વરૂપ, આ અહિંસામય મૂર્તિનો કેવો પ્રભાવ હતો અને તે શા કારણથી હતો અને આપણે તેમાથી શો

બોધ લેવાનો છે અને આચરવાનો છે તે પર તો ભાગ્યેજ કોઈ વિચાર કે મનન કરતું હોય એમ લાગે છે. દરેક ધાર્મિક અનુષ્ઠાનોમાં, કંઈને કંઈ ગૂઢ રહસ્ય રહેલું હોય છે તે ક્રિયા કરનારે વિચાર, મનન દ્વારા શોધીને આચરવું જોઈએ. તો જ વિકાસને અવકાશ છે આપણે સર્વ પ્રથમ આપણા મનને જ સુધારવાનું છે. અને તે મનને સારા, સારા વિચારોનો ખોરાક આપવાથી બને તેમ છે પ્રભુ મહાવીરનું જીવન એટલું પવિત્ર કેવી રીતે બન્યું તેનો ઉત્તર એ છે કે સદ્‌વિચારો કરવાથી જ પ્રભુએ વિકાસ સાધ્યો તેવી જ રીતે આપણામાં પણ તેજ આત્મા જ્યોતિ છે જે પ્રભુમાં હતી તે જીવન જ્યોતને પ્રકાશમાન કરવા માટે વિચાર પરિવર્તન કરવાની જરૂરત છે. અનાદિ કાળથી મનને અશુભ અને ખરાબ વિચાર કરવાનો અભ્યાસ પડયો છે તેને બદલવાની જરૂર છે. અને જો વિચારોનું પરિવર્તન થાય તો તે જીવ પણ એક દિવસ વિકાસ કરતો કરતો જરૂર પ્રભુ બનવાને સમર્થ બને. પ્રભુએ પોતાની આત્મ જ્યોતને પ્રગટ કરી તેવી જ આત્મ જ્યોત આપણામાં પણ અપ્રગટપણે રહેલી છે તેને પ્રગટ કરીને પ્રભુ બનવાનું છે. તે પુરૂષાર્થથી સિદ્ધ થાય તેમ છે જીવ પુરૂષાર્થ તો કરે છે પણ તે પુરૂષાર્થ સંસાર તરફનો છે. હવે સુકાન ફેરવીને, દૃષ્ટિકોણ ફેરવીને આત્માનુલક્ષી પુરૂષાર્થ કરવાનો છે. આટલું થાય એટલે જીવન જ્યોત રૂપ આત્મા પોતાનો પ્રકાશ પ્રગટ કરવા સમર્થ બનશે વિશેષ શું ! ઉઠો જાગો અને સત્ પુરૂષાર્થ કરો અને સુખને વરો !

પ્રકરણ ૪ થું

વિચાર શક્તિ

વરાળ અને વીજળીની શક્તિથી જે મહાન્ કાર્ય ઘણી ઝડપથી વર્તમાનકાળમાં થઈ રહ્યું છે. તેની તો સર્વ કોઈને ખબર છે. તેથી પણ વિશેષ અને ઘણું કાર્ય વિચાર શક્તિથી થઈ શકે છે, જેની ઘણા મનુષ્યોને ખબર જ નથી. જેમ વીજળી તથા વરાળને અમુક યંત્રમાં

ગોઠવવાની જરૂર પડે છે તેમ વિચાર બળને પણ અમુક મર્યાદામા અમુક આકારમા નિયમિત ગોઠવવાથી તેની ખરી શકિત બહારમા કામ કરી બતાવે છે. ભવચક્રમા પરિભ્રમણ કરાવનાર જેમ વિચાર છે તેમજ ભવ ભ્રમણનો નાશ પણ વિચાર બળથી થઇ શકે છે આ વિચારો પવિત્ર હોવા જોઇએ. મનુષ્ય જેવા વિચાર કરે છે તેવો તે બની શકે છે. આ શકિત એક માનવ મનમા જ છે, બીજા પ્રાણીઓને વિચાર કરવાની શકિત હોતી નથી માટે મનુષ્ય જીવન જ શ્રેષ્ઠ છે અને મન જેવુ કોઇ ઉત્તમ સાધન નથી પરતુ અનેક પુણ્ય કર્મોથી પ્રાપ્ત થયેલ મનનો સદુપયોગ કરતા આવડવો જોઇએ મન તો એક પ્રકારનુ સાધન છે, તેનો કેમ ઉપયોગ કરવો તે સાધકના હાથમાં છે. જેમ કુશલ યોદ્ધો પોતાના શસ્ત્ર દ્વારા શત્રુને જીતી શકે છે, અને અકુશલ યોદ્ધો તેજ શસ્ત્ર દ્વારા શત્રુને જીતવાને બદલે પોતે જ હારી જાય છે. તેમા શસ્ત્રનો શો દોષ ? તેવુ જ મન વિશે જાણવુ સાધક સાધનનો જેવો ઉપયોગ કરશે તે પ્રમાણે ફળ મળશે મનરૂપ સાધનનો જેવો ઉપયોગ કરવામા આવે તેના પર સાધકના ભવિષ્યનો બધો આધાર રહે છે.

જેમ વરાળની શકિત આખી મીલને ગતી આપે છે તેમ દરેક કાર્યમાં ગતિ આપનાર વિચાર છે વિચારની અસર જડ પ્રકૃતિ પર પણ થાય છે વિચારો એક સ્થળેથી બીજે સ્થળે મોકલી શકાય છે. તેમા જડ પ્રકૃતિ રૂપે રહેલા સૂક્ષ્મ અણુઓ વિચારથી પ્રભાવિત થઇને બીજાને અસર કરે છે. આમ પરંપરાએ સેકડો અને હજારો માઇલ ઉપર રહેલા જીવોને વિચાર અસર કરે છે

વિશ્વમા પ્રવાહી પદાર્થો, હવાના અણુઓ, અને તેનાથી પણ વિશેષ સૂક્ષ્મ અનેક જાતના અણુઓ છે, તેમાથી વિચાર પસાર થઇને તેને પોતાના સમાન પરિણમાવીને દૂરને દૂર જઇ શકે છે. અને તે વિચારના

સારી કે ખરાબ અસર જીવો પર કરે છે વિચાર મનની અંદર આંદોલન રૂપે દેખાય છે ને આંદોલનો આગળ પાછળ આવેલી સૂક્ષ્મ પ્રકૃતિને–પરમાણુંઓને ચલાયમાન કરી તેની અસર જીવ ઉપર કરે છે. વરાળ અને વીજળીનો ઉપયોગ પૈસાદાર લોકો જ કરી શકે છે, પરંતુ પ્રભુદત્ત વિચાર શક્તિનો ઉપયોગ ગરીબ, ધનાઢ્ય દરેક જણ કરી શકે છે. તેના નિયમોનુ જ્ઞાન સંપાદન કરી તેના દ્વારા લાભ મેળવી શકે છે

વિચારો આંદોલનો ઉત્પન્ન કરે છે, તેમજ તેની આકૃતિઓ પણ બંધાય ને દેખાવ આપે છે. મનુષ્યના જેવા વિચારો હોય અને તેમા જેવી વાસના કે લાગણીઓ હોય તેવા પ્રકારના આંદોલનો મનમા ઉત્પન્ન થાય છે અને તેટલાજ બળથી તેમા ગતિ પ્રગટ થાય છે. સ્વાર્થી અને વાસનાઓવાળા વિચારોને લીધે હલકા પ્રકારની ગતિ મનમા પ્રગટે છે પણ જો સારા અને નિઃસ્વાર્થી વિચારો હોય તો ઉંચા પ્રકારની માનસિક પ્રકૃતિમા આંદોલનો ઉત્પન્ન થાય છે જેવા પ્રકારના વિચારો અને જેવી ઇચ્છાઓ હોય તેવા પ્રકારનું મનનું બંધારણ બંધાય છે હલકા વિચારોવાળુ મન આત્મ ઉન્નતિમા વિઘ્ન રૂપ થાય છે તેને સુધારવા માટે અશુભ વિચારો કરવાની આદતને રોકી તેનાથી જુદા જાતના શુભ વિચાર કરવાનો અભ્યાસ કરવો જોઇએ

શરૂઆતમાં તે કાર્ય કઠિન લાગશે કેમકે મનના પરમાણુઓ અશુભ વિચારોથી બંધાયેલા છે, અશુભ વિચારથી ભરેલા છે, અને તેથી તે વારમ્વાર અશુભ વિચારોને ઉત્પન્ન કર્યા કરે છે. આ પરમાણુ-ઓનો નાશ ન થાય ત્યા સુધી શુભ અને અશુભ વિચારો વચ્ચે યુદ્ધ ચાલુ રહેવાનુ, છતાં જેમ જેમ શુભ વિચારો કરવાનો અભ્યાસ વધતો જશે, તેમ તેમ અશુભ વિચારોના પરમાણુઓ મનમાથી ઓછા થતા

જશે. અને શુભ પરમાણુઓ વધતા જશે. અને અંતમાં શુભ વિચારોનું બળ વૃદ્ધિ પામશે આમ શુભ પરમાણુંઓથી માનસિક શક્તિ બળવાન થતાં અશુભ મનનો પરાજય થશે મનમાં સારા પ્રકારના આંદોલનો ઉત્પન્ન કરવાની આદત પડવાથી ત્યારબાદ સ્હેલાઇથી સારા આંદોલનો ઉત્પન્ન કરી શકાય છે કેમકે એકવાર આ માર્ગે વિચારને જવા આવવાની આદત પડે છે, તો ફરી તે માર્ગે ચાલવાનું કામ વિચારને સુલભ થાય છે દષ્ટાંત તરીકે પરમાત્માના નામ સ્મરણ કરવાની આદત મનને પાડવાથી તે કામ કરવાનું મનને સરલ થઇ પડે છે જો બીજાના દોષો જોવાની કે અવગુણ બોલવાની મનને આદત પાડવામાં આવે તો બીજાના ગુણો જોવાનુ કામ પણ કઠણ થઈ પડે છે. મનના ખરાબ વિચારો દૂર કરવાનો એક ઉપાય એ છે કે મનમાં તેવા વિચારો જ ઉત્પન્ન થવા ન દેવા પણ આ માર્ગ તો જેણે વિશ્વની વિવિધ પ્રકારની ઇચ્છાઓનો ત્યાગ કર્યો હોય અને જેને તેવા કોઇપણ હલકા પ્રકારની લાગણીઓ ન હોય તેવા પરમ વૈરાગીને માટે અનુકૂળ છે. પણ જેને તેવો વિશ્વ વ્યાપી પ્રેમ પ્રગટ થયો નથી, તેમણે તો તેવા હલકા વિચારને સ્થાને તેનાથી વિરૂદ્ધ સ્વભાવવાળો કોઇપણ શુભ વિચાર સ્થાપી દેવો અને વારમ્વાર તેવા વિચારની પુનરાવૃત્તિ-ફરી ફરીને તેના તેજ વિચારો કર્યા કરવા. તેથી અશુભ વિચારો પોતાની મેળે દૂર થઇ જશે. જે જે વિચારોનો નાશ કરવાની ઇચ્છા હોય તે તે વિચારોથી વિરૂદ્ધ ગુણવાળા વિચાર ઉત્પન્ન કર્યા જ કરવા જેમકે રાગને બદલે વૈરાગ્ય, ક્રોધને બદલે ક્ષમા, દ્વેષને બદલે પ્રેમ, અભિમાનને સ્થાને નમ્રતા, લોભને બદલે સંતોષ, ઇત્યાદિ વિચારોને સ્થાપન કરવા તેથી પૂર્વના હલકા વિચારોનો નાશ થશે, અને મન સારા વિચારોના આંદોલનોનુ મુખ્ય મથક બનશે જેમ કિલ્લો સામેથી આવતી ગોળીને અટકાવે છે તેમ શુભ પરમાણુનું બનેલુ મન અશુભ પરમાણુના વિચારોને અટકાવી દે છે.

વિચારની આકૃતિયો બંધાય છે, તેને મન તરફથી પોષણ મળે છે, મનમાં ઉત્પન્ન થતા આંદોલનોને લીધે મનના અણુઓનો જથ્થો ગતિમાં મૂકાય છે. અને તેથી તે અણુઓના જથ્થાની જુદી જુદી આકૃતિઓ બને છે જો વિચારો બળવાન અને ચોક્કસ (દૃઢ) ન હોય તો તે વિચારની આકૃતિ નિર્બળ બને છે અને થોડા વખતમાં બદલાઈ જાય છે, વિખરાઇ જાય છે.

જો વિચાર પ્રબળ હોય અને વારમ્વાર તેનુ રટણ થતું રહે તો બળવાન, નિયમિત અને ચોક્કસ (દૃઢ) આકૃતિ બધાય છે પવિત્ર વિચારની પવિત્ર આકૃતિ અને ખરાબ વિચારની ખરાબ આકૃતિ બંધાય છે. જેના સંબધમાં વિચાર કર્યા હોય તેના તરફ તીરની માફક આ આકૃતિ દોડે છે, પણ જો પોતાના સબંધમાં તે વિચાર કર્યા હોય તો તે વિચારની આકૃતિ તેની સન્મુખ સમુદ્રમા તરતી હોય તેમ મનની આગળ તરવર્યા કરે છે, અને પોતાને તે આકૃતિ અસર કરે છે ફરી ફરી તેવા વિચારો કરવામાં આ આકૃતિ મદદગાર બને છે, માટે વિચાર કે લાગણી ઉત્પન્ન કરતા પહેલા બહુ સાવચેતી રાખવાની છે નહિતર પોતાનું હથિયાર પોતાનો જ નાશ કરનાર થાય છે ખરાબને બદલે સારા વિચાર કરવાનો અભ્યાસ કરવો જોઇએ આ રીતે કરવુ તે તમારા જ હાથની વાત છે, તમારી ઇચ્છા પર જ નિર્ભર છે આવી ઉત્તમ શકિત તમારામા હોવા છતા અધમ શકિતઓ તરફ શા માટે ખેંચાઇ જવુ જોઇએ

શુભ, આશા જનક અને વિશ્વ હિતકારી પ્રેમમય વિચારોને જ મનમા સ્થાન આપો નિરતર તેવા જ વિચારો કરો. જુઓ પછી કે અશુભ, નિરાશાજનક અને અમગળ વિચારો દૂર ચાલ્યા જાય છે કે નહિ. અનુ પરિણામ એ આવશે કે કોઈપણ વિચાર કરવાનો પ્રયત્ન કરતા નહિ હો તે સમયે તમારા મનમા શુભ વિચારો જ સ્ફુર્યા

કરશે. કેમકે પ્રથમ કરેલા શુભ વિચારોની આકૃતિઓ તમારી આજુ બાજુમાં ફરતી હોવાથી તે જ તેમાં વધારો કર્યા કરે છે વિચાર શકિતનો જો સદુપયોગ કરવાનુ મનુષ્યો શીખી લે તો તેઓની જીંદગી સુખી અને શાન્ત બન્યા સિવાય રહે જ નહિં. વિચાર શકિતની ગતિ વિજળીથી પણ તીવ્ર છે. પૃથ્વીના એક છેડાથી બીજે છેડા સુધી એક સેકન્ડના ૧૬મા ભાગમા ૧૨૦૦૦ માઇલ સુધી વિચાર જઇ શકે છે. વિચાર-શકિત અદ્ભૂત છે.

વિચારોમા આત્મશકિત ઓતપ્રોત ભરેલી છે પ્રત્યેક વિચાર, જે તમારા મનમાં આવે છે એમા વિજળી સમાન પ્રબળ શકિત વિદ્યમાન છે તમે ગમે તેવી ભયંકર સ્થિતિમાં હો, તોપણ સદ્વિચારોનો આશ્રય લઇને પોતાના જીવનને વિશેષ પ્રકારે ઉન્નત બનાવવાનો પ્રયત્ન કરો. તમારા ધ્યાનમા આવે, એવા સર્વોત્તમ મનોભાવને પોતાના હૃદયમા ધારણ કરો કેવલ દૃઢ વિચાર-શકિતના પ્રભાવથી જ પોતાના જીવનમાં તમે અદ્ભૂત પરિવર્તન કરી શકશો. ભોજનનો સમય હોય અને તમને ક્ષુધા (ભુખ) ન લાગી હોય, તો આવી ભાવના કરો કે મને બહુજ ભુખ લાગી છે, જો યથાર્થ કલ્પના હશે તો જરૂરથી તમને ભુખનો અનુભવ થશે, તથા ભોજન કરતી વખતે એવી ભાવના કરો કે અમે સ્વાદિષ્ટ ભોજન કરી રહ્યા છીએ તો એ ભાવનાના બળવડે એ સમયે પાચન-ક્રિયામા જે જે રસોની આવશ્યકતા હશે તે દ્રવીભૂત થઇને ભોજનને શીઘ્ર પચાવી દેશે

કલ્પના કરો કે તમારામા અપૂર્વ મેધા શકિત તથા સ્મરણશકિત છે. તો એ ધારણા શકિત વડે તમે તમારી સ્મરણ શકિતને બળવાન બનાવી શકશો તેમજ તમે તેજસ્વી બુદ્ધિમાન પણ બની શકશો

અનુભવ કરીને જુઓ વિચાર-શકિત વડે જ આપણે જીવનમાં અવનતિ કે ઉન્નતિ સાધી શકીયે છીએ. વિચારની તીવ્ર શકિત વડે જ

આપણા સર્વ શારીરીક અને માનસિક કાર્યો થાય છે જે કોઈ પોતાના વિચારો પર સ્વામિત્વ ધારણ કરી શકે છે, તે પોતાના મનોવેગ પર પણ કાબુ રાખી શકે છે "હું સર્વ કંઈ કરવાને સમર્થ છું" આવો વિશ્વાસ હમેશા મનમાં રાખવાથી તે પ્રમાણે જીવન ઉન્નત થશે. પરંતુ પોતાની યોગ્યતામા જો સંદેહ હશે જેમકે અમારી વૃદ્ધાવસ્થા આવી છે તેથી હવે અમે નિર્બળ બની જઈશું, અમારાથી તે શું થવાનુ છે, અમે તો પામર છીએ–વગેરે તો તમે તેવા બની જશો જો મનમા ભય, ચિંતા આદિ વિચારોને સ્થાન આપશો તો તમે ઉન્નતિ કરવાને બદલે અવનત બનતા જશો અને જીવન પામરથી પામર અને તુચ્છ બનશે માટે એ વિચારોને બદલી નાખવા જોઈએ. અને જેજે વિચારો દ્વારા જીવન ઉન્નત બને તે તે વિચારો કરવા જોઈએ. વિચાર વાસ્તવમાં શક્તિશાળી અને પ્રભાવશાળી હોય છે અમારા પ્રત્યેક વિચારમા સારી અથવા ખરાબ અસર કરવાની શક્તિ હોય છે. જો અમે કોઈ પ્રત્યે ઘૃણા–તિરસ્કાર કરીએ છીએ તો અમે પોતાના મનમાંથી એક પ્રકારનુ ઝેર બહાર કાઢીયે છીએ જે અમારી ચારે તરફ ફેલાઈ જાય છે તથા જેના પ્રત્યે તિરસ્કાર કર્યો હોય તેને હાનિ કરે છે અને આસપાસના વાતાવરણને પણ કલુષિત કરે છે. અને જો અમે કોઈ પ્રત્યે પ્રેમના વિચાર કરીએ છીએ તો એના તરફ અમૃત મોકલીએ છીએ, જે એને સુખ શાન્તિ આપનાર બને છે અને ચારે તરફનુ વાતાવરણ પણ સારૂં પ્રેમમય અમૃતમય બને છે

શક્તિ એને કહે છે કે જે બીજાને ગતિ પ્રદાન કરે, બીજાને ચલાવે તે વિચાર–શક્તિ છે તે જ સમગ્ર સંસારને સંચાલિત કરે છે એ વિચાર જ્યાથી ઉત્પન્ન થાય છે તે મન છે અને જે યંત્ર–દ્વારા મનથી વિચાર નિકળે છે તે મસ્તક છે તે વિચારની શક્તિ અદ્‌ભૂત છે વિચારમાં રચના કરવાની શક્તિ છેદ તથા નાશ કરવાની શક્તિ વિદ્યમાન છે. યુરોપ અને અમેરિકાના વિદ્વાન ડાક્ટરો આ વાતને સિદ્ધ કરતા જાય છે કે મનઃશક્તિ, અર્થાત્ વિચાર-શક્તિ

ઔષધ કરતા પણ અધિક બળવાન છે. જે રોગોમાં મોટા મોટા ડોકટરો, વૈદ્યો હકીમો વગેરેનો ઉપચાર કારગત થતો નથી તે રોગોમાં વિચાર શકિત પોતાનો ચમત્કારી પ્રભાવ દેખાડે છે. તે રોગીને બળ-પૂર્વક મૃત્યુ-મુખમાંથી છોડાવી ને વિસ્મય ઉપજાવે છે. મોટા મોટા રોગોને પણ મન પોતાની વિચાર શકિત દ્વારા જલ્દીથી મટાડી મનુષ્યને સારા નિરોગ બનાવે છે. આમ મનુષ્યનું મન બહુજ સામર્થ્યવંત છે એથી મનને કહો કે અમારો અમુક રોગ નષ્ટ થઇ જાવ. જો વિશ્વાસ પૂર્વક કહેશો તો અવશ્ય રોગ દૂર થઇ જશે જો કે તેનો પ્રભાવ અવશ્ય પડે છે, પણ તે ધીરે ધીરે પડે છે પરંતુ નિત્ય હરદમ એવી ભાવના કરો કે અમારો અમુક રોગ દૂર થઈ જાવ. એ ભાવના બળ વડે જ રોગ મટી જશે. યોગ-ચિકીત્સામાં લખેલ છે કે શરીર તો યંત્ર છે. તમે એને મન દ્વારા જેવું બનાવવા ઇચ્છશો તેવું તે બની શકે છે. એક વિદ્વાને કહ્યું છે કે જે જેવું વિચારે છે તેવો તે બની જાય છે. જેની જેવી શ્રદ્ધા છે તે તેવો પોતાની શ્રદ્ધા અનુસાર બને છે ગીતામાં પણ કહ્યુ છે કેઃ-

જેવું જે જીવન સત્વ શ્રદ્ધા તેવી જ તે વિષે,
શ્રદ્ધાએ આ ઘડયો દેહી, જે શ્રદ્ધા તે જ તે બને

ગીતા અ. ૧૭

પરંતુ હુ આવો છું અને તેવો છું એમ કહેવા માત્રથી જ કાર્યની સિધ્ધિ થતી નથી પણ જે એ કથની અનુસાર અભ્યાસ પૂર્વક વિચાર કરે છે અને વિશ્વાસ રાખે છે તે તેવો બને છે. જેમ કે કોઇ યુવાનના મનમા સદા નોકરી કરવાનો વિચાર હોય તો તે આગળ પર નોકરી જ કરે છે અને કોઈના મનમાં બીજા ઉંચ્ચ પ્રકારના કાર્ય કરવાનો વિચાર હોય તો તે પોતાના જીવનમા ઉચ્ચ કાર્ય કરે છે મનના સ્વભાવને મનાવવો એ સહજ વાત નથી. એક સિંહને વશ કરવો સ્હેલ જ છે પણ મનને વશ કરવું તેથી મુશ્કેલ છે, શાસ્ત્રમાં કહ્યુ છે કે એક મનુષ્ય સંગ્રામ (યુદ્ધ) મા એક લાખ મનુષ્યોને જીતે અને એક મનુષ્ય પોતાના મનને જીતે તો મનને

જીતનાર શ્રેષ્ઠ છે. પરંતુ લાખ મનુષ્યને જીતનાર નહિ. આવુ મન છે તેને વશ કરવું સહેલ નથી છતા અભ્યાસ અને વૈરાગ્ય દ્વારા તેને જીતી શકાય છે દુષ્કરથી દુષ્કર કાર્ય પણ શ્રદ્ધા પૂર્વક નિરંતર અભ્યાસ દ્વારા સિદ્ધ થઇ શકે છે. વિચારોની શક્તિ એકાગ્રતાથી વધે છે વિચારોનો સંયમ કરવાથી વિચાર શક્તિ બલવાન બને છે વિચારની શક્તિને જાણી લેવાથી માનવ જીવનને ઉન્નત કરી શકે છે. મનુષ્યની પરિસ્થિતિ અને શત્રુ-મિત્ર આદિનું કારણ બીજુ કોઇ નહિ પરંતુ પોતાના વિચારો જ છે, સારા વિચારોથી સુખ અને ખરાબ વિચારોથી દુઃખ મળે છે, એક પરહિતકારી વિચારમા મહાન શક્તિ ભરેલી હોય છે ને શક્તિ અજાણતા ગુપ્ત રૂપથી પોતાનુ કાર્ય કરે છે એને મૌન શક્તિ પણ કહે છે વિચારોને કોઇ દિવસ નિષ્ફળ ન જાણો બધા વિચારો કંઇને કંઇ ફળ જરૂર ઉત્પન્ન કરે છે માટે પોતાના વિચારોનું સદા નિરીક્ષણ કરતા રહો, કે તે ઉત્તમ અને સારા ફળ આપનાર છે કે નહિ એથી વધારે આનંદનુ સાધન બીજુ કોઇ નથી કુદરત તો સહાયતા કરવા સદા તૈયાર છે પરંતુ યોગ્યતા તો પોતની જોઇએ માટે અધિકારી બનવાનો, પાત્ર બનવાનો અભ્યાસ કરવાની જરૂરત છે અને યોગ્યતા પ્રાપ્ત થવાથી તમારી યોગ્યતા અનુસાર ફળ તો અવશ્ય મળવાનુ જ છે.

પ્રત્યેક કાર્ય કરતા પહેલાં આપણે તેનો મનમાં વિચાર કરીએ છીએ કોઇ કાર્ય અચાનક થતુ નથી. પ્રથમ મનમા વિચાર આવે છે બાદમા જ કાર્ય થાય છે. કેટલાક મનુષ્યો એવા હોય છે કે જેની બુદ્ધિ પાપમય હોતી નથી તેઓ દુષ્કર્મ કરવાની પ્રતિજ્ઞા પણ લઇ લે છે, અને તેને પાલન કરવાની પણ પૂર્ણ ભાવના રાખે છે એમ છતા તેઓ કોઇવાર પાપ કર્મ કરી બેસે છે તેનુ કારણ એ છે કે તે લોકો પ્રતિજ્ઞા કરવા છતા મનમાં દુષ્કૃત્યો કરવાના વિચારો કર્યા જ કરે છે અને એઓ એમ વિચારે તે છે કે એ વિચારોથી અમારૂ શુ બગડવાનુ છે એમ વિચારી તે વિચારો તરફ દુર્લક્ષ કરે

છે અને વિચારે છે અમોએ તો પ્રતિજ્ઞા કરી છે અમે દુષ્કર્મ નહિ કરીએ પરંતુ તેના વિચારો જ તેના પતનનું કારણ બને છે

કેમકે તે વિચારો તેના ગુપ્ત મનમાં અંકિત થઇ જાય છે, અને સમય મળ્યે ફળ આપે છે એટલા માટે ખરાબ વિચારોને મનમાં આવતા રોકવા તે આવશ્યક છે

'ખરાબ સંગ અને અશુભ ભાવોથી બચવાનો ઉપાય':- સંગતની અસર, વાર્તાલાપ થાય કે ન થાય, તો પણ અવશ્ય થાય છે વિચારોનો પ્રભાવ સમીપસ્થ મનુષ્યો પર એવો થાય છે કે સાધારણ રીતે જાણવો મુશ્કેલ છે ખરાબ સંગથી સદા દૂર રહેવું જોઇએ વ્યવહારમા દુષ્ટ- સંગથી બચવા માટે પોતાના પ્રાણોની ગતિને સુધારવી પડે છે, પ્રથમ પૂરક કરતી વખતે આ ભાવના કરો કે હું શુદ્ધ-બુદ્ધ મુક્ત છું, અને રેચક કરતી વખતે એવી ભાવના કરો કે મારા હૃદયમાથી પ્રેમ અને શકિતની ધારાઓ નીકળીને મારા શરીરની આસ-પાસ વિચાર જન્ય ગોળાકાર તેજનુ આવરણ બનાવી રહી છે. એવી દ્રઢ ભાવના સહિત સાતવાર પૂરક, રેચક કરવાથી એવુ પાકુ આવરણ થઇ જશે કે એના પર બીજાના અશુદ્ધ વિચારોનો જરા માત્ર પ્રભાવ નહિ પડી શકે. એવી જ રીતે સુતી વખતે પણ જો આવરણ બનાવાય તો ખરાબ સ્વપ્ના નહિ આવે અને નિદ્રા પણ સારી રીતે આવશે

તમે ત્યા સુધી નિર્બળ અને દીન હિન દશામા રહેશો, જ્યાં સુધી તમે તુચ્છ અને હલકા વિચારોને વશ રહેશો તમારે પોતાના મનમા ઉચ્ચ ભાવોને, વિચારોને, આકાંક્ષાઓને જ સ્થાન આપવુ જોઇએ

તમારે વાસનાઓને વશ ન થવુ જોઇએ અને ન તેના દાસ બનવુ જોઇએ. પરંતુ પોતાના ઉત્તમ વિચારો દ્વારા મનને વશ કરી તેને પોતાનુ ગુલામ બનાવવુ જોઇએ મન અને ઇન્દ્રિયોનો વિજેતા જ સંસારમા સુખી બની શકે છે.

મનુષ્યમા દૈવી અને આસુરી બન્ને શકિતઓ વાસ કરે છે. જ્યારે આસુરી શકિતનો ઉદય થાય છે ત્યારે માનવ વિવેક શૂન્ય બને છે, જેમ કે ક્રોધના આવેશમા માનવ ભાન ભુલીને કંઇક અનર્થ કરી બેસે છે, ન કરવાનું કરી નાખે છે ક્રોધ જ્યારે મનમાં આવે છે ત્યારે એક પ્રકારનું વિષ ઉત્પન્ન થાય છે. એક માતાએ ક્રોધના આવેશમાં પોતાના બાળકને સ્તનપાન કરાવવાથી તે બાળક મરણને શરણ થયુ. કેટલાક બાળકો મરણને શરણ ન થાય તો પણ એવી અવસ્થાની અસરથી માંદા તો જરૂર પડે છે. ભયના આવેશથી પણ માનવ કોઇ કોઇ વાર મૃત્યુને શરણ થાય છે જૈન દર્શનમાં શાસ્ત્રીય કથન છે કે સોમલ નામનો બ્રાહ્મણ જેણે ગજસુકુમાર નામના મુનીના મસ્તક પર માટીની પાળ બાંધી તેમા આગ ભરી, મુની તો ધ્યાનસ્થ જ હતા. તે ઘોર પાપ કર્મ કરનાર બ્રાહ્મણે જ્યારે કૃષ્ણનરેશને જોયા ત્યારે તે હવે મને શી શિક્ષા કરશે એવો ભયનો વિચાર તેના મનમાં ઉત્પન્ન થયો અને તે ભયથી ત્યાજ ધરણી પર ઢળી પડયો અને મરણને શરણ થયો. તે મરીને નરકમા ગયો ભયના વિચારથી અહિંઆ મૃત્યુની શિક્ષા થઇ અને ભવાન્તરમા નરક યાતના ભોગવવી પડી. ભય, ક્રોધ, ચિંતા વગેરે વિચારોમાં એક વિષ ઉત્પન્ન કરવાની શકિત છે તે પ્રાણઘાતક બને છે.

ઘણા માણસો ભય, ચિંતા, મોહ, ધનનો લોભ વગેરેથી ગાંડા પણ બની જાય છે. આ બધાનું કારણ મનોબળ નિર્બળ હોવાપણું છે. નિરાશાના વિચાર પણ એવા ઘાતક હોય છે. સંસારમા નિત્ય પાંચસો આત્મઘાતના બલિદાન નિરાશા રાક્ષસીને આભારી છે એટલુ જ નહિ પરંતુ પાંચસો મનુષ્ય આત્મઘાત કરે છે તો નિત્ય પાંચ હજાર મનુષ્ય નિરાશાવશ પાગલ (ગાડા) પણ બની જાય છે. તો પાચ લાખ મનુષ્યો નિરાશાવાદી જીવતા છતા મરેલા જેવા હોય છે અને ઘણાને તો નિરાશાના વિચારોથી જ સંસાર શૂન્ય પ્રતીત થાય છે અને તેઓને રાત દિન ચેન જ પડતું નથી. એક સ્મિથ નામનો માણસ જિંદગીથી એટલો બધો અકળાઇ ગયેલો કે ન

પૂછો વાત જીવનમા એને ચારે તરફ અંધકાર અંધકાર જ દેખાતો હતો. જ્યા જાય ત્યાંથી પાછો પડે વેપાર કર્યો તો વેપારમાં ખોટ ગઇ. દોસ્તો બેવફા નીવડયા બેકાર થતા સગા-સ્નેહીઓએ સાથ છોડી દીધો. કયાં જવુ ? શુ કરવું ? કોને દિલની વાત કરવી? આવા અનેક પ્રશ્નો એના મનમા વટોળિયાની જેમ ઘુમરાવા લાગ્યા. મધદરિયે નાવડું આમતેમ ફગોળાય એમ એનુ જીવન નાવ ફંગોળાવા લાગ્યુ. એની આત્મશ્રધ્ધા ઊડી ગઇ. જીવન એને ભારરૂપ લાગવા માંડયુ જીવન અકારૂં થઇ ગયુ. 'આવુ જીવન જીવવુ એના કરતા તો આત્મહત્યા કરીને ચિરનિદ્રામા પોઢી જવુ સારૂં' એમ એને લાગવા માંડયુ. સ્મિથને નિરાશાએ ઘેરી લીધો. જે એકવાર નિરાશાના કીચડમા ફસાય છે તે દિનપ્રતિદિન વધુ ને વધુ ઊંડો ઉતરતો જાય છે. ડોને સાચુ જ કહયુ છે કે 'નિરાશા એ નર્કનો કીચડ છે' સ્મિથ નિરાશાના કીચડમા ઊંડો નેઊંડો ખૂપવા લાગ્યો. આખરે એણે આપઘાત કરીને જીવનનો અંત આણવાનો નિશ્ચય કરી લીધો બજારમાંથી ઝેરની એક બાટલી ખરીદી, શહેરથી દૂર જંગલના એકાંતમા જઈ આત્મહત્યા કરવાનો સંકલ્પ કરી એ ઘેરથી નીકળ્યો. રસ્તામાં સ્મિથને અજબ જેવો અનુભવ થયો

રસ્તામાં એક અંધબાઈ પુષ્પ ઝૂમખાંને હૃદય સરસા ચાંપી રહી હતી એની આગળીઓ પુષ્પો પર ફરી રહી હતી. આખમાથી અશ્રુ સરતા હતા સ્મિથ ઘડીભર તે અંધ સ્રીને જોઈ જ રહ્યો

મુખપર કેવો અનેરો આનંદ છે ! આખમાથી સ્નેહાશ્રુ ટપકે છે આ જોઇને સ્મિથ તો દિંગ થઇ ગયો 'અરે આ અંધ નારી પુષ્પો સાથે આટલો બધો પ્યાર કેમ કરે છે? આખમાથી અશ્રુ કેમ સરે છે?' સ્મિથે પૂછયુ 'બહેન ! આપની આખમા આસુ કેમ છે? ભાઇ ! આખમા આસુ છે, પણ તે આનંદના છે પ્રભુએ કેવાં સુંદર પુષ્પો સર્જ્યા છે ! હુ તેને જોઇ શકતી તો નથી પણ એની કોમળતાનો અનુભવ તો કરી શકુ છુ

'પ્રભુએ મને આંખ આપી હોત તો આ આનંદ ઓર હોત'

'આપનું શુભ નામ?' સ્મિથે પૂછ્યું

'મારૂં નામ હેલન કેલર?'

હેલન કેલરનું નામ સાંભળતા જ સ્મિથ આભો બની ગયો. એના હૃદયમાં કિરણ પ્રગટ્યું 'અરે ! આ અંધ વૃદ્ધા સ્પર્શથી પણ આવો અનેરો આનંદ માણી શકે છે. ત્યારે મારા તો સર્વ અંગો સાજાસમા છે. અંગેઅંગમાં યૌવન ઉભરાય છે. એક થોડી વિટંબણાઓથી હું અકળાઇ ગયો?'

એ જ પળે સ્મિથે ઝેરની શીશી પથરા સાથે અફાળીને ભાંગી નાખી. અવાજ થતા હેલને પૂછ્યું, 'કેમ ભાઈ, ? શું ફુટ્યું ?'

સ્મિથે દિલની વાત કરી એટલે હેલને કહ્યું 'ભાઈ? તમે એમ કહો છો, કે હું બેકાર છું, મારી પાસે પૈસા નથી, સગા સ્નેહી મારી સાથે સબંધ રાખતા નથી એટલે શું ઝેર પીને જીવનનો અંત આણી દેવો? પાસે પૈસા ન હોય એ ગરીબાઇ નથી, પણ જીવન જીવવાનો ઉત્સાહ ન હોય તે સાચી ગરીબી છે'

હેલનના પ્રેરક શબ્દ સાંભળતા જ સ્મિથના અંતરમાં જામેલાં નિરાશાના વાદળો વિખરાઇ ગયાં આશાનો સૂરજ સોળે કળાએ પ્રકાશી ઊઠ્યો એને જીવનની કેડી જડી ગઈ જીવન આનંદમય બની ગયું સ્મિથને તો દૈવયોગે હેલનનો ભેટો થઇ ગયો. પણ સ્મિથ જેવા અનેક નવ યુવાનો આત્મહત્યા કરીને જીવનનો અંત આણતા હોય છે એવા સત્તાવાર આંકડા છે કે દર વર્ષે એક લાખથી વધુ માણસો આત્મહત્યા કરીને જીવનનો અંત આણતા હોય છે આનો અર્થ એ થયો કે દર ત્રણ મિનિટે એક માણસ આત્મહત્યા કરે છે

આ આત્મહત્યાનું મનોવૈજ્ઞાનિક વિશ્લેષણ તો કોઈએ નથી કર્યું, પરંતુ એમાંથી નેવું ટકા લોકો નિરાશાને લઈને આત્મહત્યાને પંથે વળતા હોય છે.

થોડાંક વરસો પહેલા ન્યૂ યોર્કમાં એક યુવાન સંગીતકારે આત્મહત્યા કરી હતી. આત્મહત્યાના કારણોની તપાસ કરતા જણાયું કે તે અત્યંત નિર્ધન હતો. પૈસાની જરૂર પડતા તેણે પોતાની પ્રિય વાયોલીન એક જગ્યુને ત્યાં ગીરવે મૂકી વાયોલીન વિના એને ચેન પડે નહિ અને વાયોલીનને છોડાવવા જેટલા પૈસા ભેગા થાય નહિ. જ્યારે એને કોઈ આશા રહી નહિ ત્યારે આત્મહત્યા કરીને જીવનનો કરૂણ અંત આણી દીધો

કોઈ દેવુ ન ભરાતાં નિરાશા થઈને આપઘાત કરે છે. કોઈ બેકારીથી કંટાળીને, કોઈ પ્રેમ લગ્નમા ભંગ પડતા, કોઈ વેપારમાં નુકસાન થવાથી, કોઈને શુશીલ પત્ની ન મળવાથી, કોઈ ગૃહ કલેશથી કંટાળીને, આમ અનેક કારણોને લઈને લોકો આત્મહત્યા કરતા હોય છે. દરેકના જીવનમાં સંઘર્ષ પૂર્ણ ક્ષણો તો આવવાની જ. સઘર્ષ નથી તો જીવન નથી. સંઘર્ષોનો સામનો કરવામાં જ સાચી વીરતા છે

ઉત્તર ફ્રાસનો એક સેનાપતિ અનેક યુદ્ધો લડયા પછી એક વખતે શાંતિથી બેઠો હતો. ત્યારે તેના એક મિત્રે વાતમાથી વાત નીકળતાં પ્રશ્ન કર્યો; 'તમે તો આખું જીવન યુદ્ધમા જ વિતાવ્યું છે. કહો જોઈએ, સાચી વિરતા કયા યુદ્ધમા દાખવી ?'

સેનાપતિ તો ઘડીભર મિત્રની સામુ જોઈ જ રહ્યો મંદ સ્મિત કરીને કહ્યું 'ભાઈ, સાચી વિરતા શસ્ત્રયુદ્ધમાં છે જ નહિં. 'ત્યારે વીરતા કયા યુદ્ધમા છે !' મિત્રે આતુર બનીને પૂછ્યું. 'સાચી વીરતા જીવન-યુદ્ધમા છે ઈશ્વર–પર વિશ્વાસ રાખીને અનેક પ્રકારની નિરાશાઓમાં ઝૂઝતો ઝૂઝતો જે જીવન જીવે છે એ સાચો વીર છે.'

એક યુવાન સૈનિકનુ નામ હતું માઈક. એકવીસ વર્ષની એની વય અને ૧૯૪૮મા ઈઝરાએલ અને આરબ રાજયોના યુદ્ધમા એણે પોતાની આંખો ગુમાવી છતાંય એના મુખ પર પ્રસન્નતાની એજ ઝલક હતી. આંખની સારવાર માટે લશ્કરી હોસ્પિટલમા તેને દાખલ કરવામા આવ્યો. ત્યાં પણ અન્ય દર્દીઓની સાથે હસી ખુશીથી મજાકો કરતો. પોતાને મળતી સીગરેટો અને ચોકલેટો અન્ય સહ સૈનેકોને આપી દેતો.

માઈકને દૃષ્ટિ આપવા માટે ડોકટરોએ અનેક પ્રયત્નો કર્યા, પણ

સફળ ન થયા. પ્રેમાળ અને પ્રસન્ન મુખે માઇકને સાચી વાત કહેતા ડૉક્ટરો અચકાતા હતા. આખરે ડૉક્ટરે મૌન તોડ્યું: 'માઇક ! તને એક વાત કહેતાં જીભ ઉપડતી નથી.' માઇકે હસતા હસતાં કહ્યું: 'ડૉક્ટર! આપ શું કહેવા માગો છો, એનું અનુમાન હું કરી શકું છું. આ આંખે હું ફરીથી દુનિયા નહિ જોઇ શકું એમ જ કહેવા ઇચ્છો છો ને? પણ મારે દુઃખી થવાનું કે નિરાશ થવાનું કોઇ કારણ નથી. એ વાત સાચી છે કે મેં આંખોની શક્તિ ગુમાવી છે, પણ હું સારી રીતે સાંભળી શકું છું. મારું શરીર સશક્ત છે. હું સારી રીતે ચાલી શકું છું. મારા બન્ને હાથ સારી રીતે કામ કરી શકે તેમ છે. પછી મારે નિરાશ થવાની શી જરૂર છે? મેં આંખો ગુમાવી છે, તો સરકાર મને કોઇ ઉદ્યોગ શીખવવામાં સહાય કરશે. એમાંથી હું મારી આજીવિકા મેળવી શકીશ. આંખો જતાં હું મારા જીવનનો નવો રાહ શોધી લઇશ.'

ડૉક્ટરો તો માઇકની વાત સાંભળીને છક્ક જ થઇ ગયા.

આંખોને તો 'રતન' કહ્યાં છે. એ જતાં જીવન અંધકારમય બની જાય છે—પરવશ બની જાય છે. છતાંયે માઇક જરા પણ નિરાશ ન થયો.

અને આપણે વેપારમાં મોટી ખોટ આવી ગઇ હોય, ક્યાંક બે-પાંચ હજાર રૂપિયા ધસાઇ ગયા હોય, અકસ્માતમાં ઘર પડી ગયું હોય, મિલકત લૂંટાઇ ગઇ હોય, ત્યારે અપાર દુઃખમાં ડૂબી જઇએ છીએ કે નહિ? મનમાં એવી નિરાશા વ્યાપી જાય છે કે શું કરવું ને શું ન કરવું. નિરાશા એ જીવતું જાગતું મોત જ છે. નિરાશા સૌ માટે અનિચ્છનીય છે. એનાથી જીવનની ગતિમાં એક ભિન્ન, જરૂરી અને અનપેક્ષિત રુકાવટ આવી જાય છે. અનેકાનેક નિષ્ફળતાઓ મળ્યા છતાં સાચો મનુષ્ય એ જ છે કે જે કદી હિંમત હારતો નથી. મનુસ્મૃતિનું વચન છે કે તમે તમારી નિષ્ફળતા પર શરમાવું નહિ. જીવન છે તો નિષ્ફળતા આવવાની જ. પરંતુ નિષ્ફળતા મળે ત્યારે તો નિરાશ ન થતા દ્વિગુણિત ઉત્સાહ અને શક્તિથી સફળતા માટે મંડી પડવું જોઇએ. પ્રયત્ન કરતા કરતાં પડી જવામાં નાનમ નથી, પણ પડ્યા પછી પણ જે પડ્યો રહે છે તેણે શરમાવું જોઇએ.

પડો, આખડો, તોય ઊઠીને લડો. જ્યાં સુધી અંતિમ ધ્યેય પર ન પહોંચી શકાય, જ્યાં સુધી તમે ધારેલું લક્ષ્ય ન ભેદો ત્યાં સુધી તમે એ માર્ગે જવાનું ચાલુ જ રાખો.

એક નાનો છોકરો સડસડાટ બરફ પર ચાલ્યો જતો હતો. એ જોઇને એક મોટો માણસ ખૂબ પ્રભાવિત થયો અને પૂછયું. 'અલ્યા છોકરા, તું તો બરફ પર સરસ ચાલી શકે છે, આ તું શીખ્યો કેવી રીતે ?' બાળકે હસતાં હસતાં કહ્યુ· એમાં શીખવા જેવું શું છે ? આ તો ખૂબ સહેલી વાત છે. જયારે જયારે હું પડી જતો, ત્યારે ત્યારે ઊભો થઇને ફરી પાછો ચાલવા લાગતો અનેકવાર પડયો અને અનેકવાર ઊભો થયો. આમ કરીને હું બરફ પર ચાલવાનો અભ્યાસ કરી શકયો. નિષ્ફળતા મળતાં જે હિમત હારી જાય છે તે જ સાચા અર્થમાં હારી જાય છે, એક હિબ્રુ લોક કથામા આવે છે કે યુદ્ધમા પરાજિત થયેલા એક સેનાપતિએ પોતાના પરાજયની વાત એની પત્નીને કરી પતિદેવના મુખ પર ઘોર નિરાશા જોઇને પત્નીએ ધીમે રહીને કહ્યુ. 'તમે જે સમાચાર આપ્યા એના કરતા પણ માઠા સમાચાર મારી પાસે છે.' 'એમ, એવા કયા માઠા સમાચાર છે ?' સેનાપતિએ ગભરાટ ભર્યા સ્વરે પૂછયું

'તમે રણમેદાનમા હાર પામ્યા એ વાત તો મેં સાંભળી પણ મને એમ લાગે છે કે તમે હિમત હારી ગયા છો કહો, એ હાર મોટી કે આ ?' 'માનવ જયારે હિમત હારી જાય છે, નિરાશ થઇ જાય છે, ત્યારે પોતાની સર્વ શકિત ગુમાવી દે છે. ગભરાઇ જવું અને હિંમત હારી જવી એ વીરનુ લક્ષણુ નથી વીર અને સાચો મર્દ તો એ છે કે જે આત્મવિશ્વાસ દ્વારા જમાનાને પલટાવી દે છે' નિરાશા માનવનો મોટો શત્રુ છે અને ઇશ્વરનો અભિશાપ છે. મનુષ્યની ઈશ્વરી શકિતઓના નાશ માટે સૌથી મોટું કારણુ નિરાશા છે. જે એકવાર નિરાશામાં ઘેરાય છે એને બીજું કાઇ સૂઝતુ નથી. એની વિવેક શકિત નષ્ટ થઈ જાય છે જેને આ ઘાતક બિમારી લાગુ પડે છે એનાં તન અને મન બને નબળા થઈ જાય છે. આવા સંજાગોમાં આપણામાં

અદમ્ય આત્મવિશ્વાસ નહિ હોય તો આપણે પથભ્રષ્ટ થઈ જઈએ છીએ. જાણીતા લેખક સ્ટીવન્સન લકવાની બીમારીથી વરસો સુધી પીડાતા રહેલા. લકવો એવો કે બીજાની સહાયતા વિના માથું પણ હલાવી શકે નહિ. શરીરમા વેદનાનો તો પાર નહિ આટલી બધી શારીરિક યંત્રણાઓ વચ્ચે પણ મનની સ્વસ્થતા એવી ને એવી હતી. હાલવા માટે અશક્ત એવા આ માણસે એવી તો ગજબની સાહસ કથાઓ લખી કે દુનિયા દંગ થઇ ગઇ તનની નબળાઇ મનને નબળું ન બનાવી શકે એવી ખાતરી એણે જગતને આપી.

તન રોગથી ઘેરાય તો કંઈ હરકત નહિ. મનમાં નિરાશાના વાદળો ઘેરાવા ન દેતા. નિષ્ફળતા, નિરાશા, નિર્ધનતા જે કાંઇ આવે છે તે મનમાંથી જ આવે છે જેના મનમાં નિરાશા છવાઈ જાય છે તેની માનસિક-શક્તિઓનો નેતા 'સાહસ' હારી જાય છે.

એની નિર્ણય શક્તિ સમાપ્ત થઇ જાય છે. નિરાશ થયેલો માનવ કોઈ પણ વિષય પર સારી રીતે વિચાર કરી શકતો નથી. તેની તર્કશક્તિ મંદ પડી જાય છે, ઉત્સાહ મંદ પડી જાય છે. 'ગરીબાઈ, સંકટો અને મુસીબતોની સામે બાથ ભીડતાં ભીડતાં મનરોએ એટલું તો ઐશ્વર્ય મેળવ્યું કે જોનારાઓ તેની અદેખાઈ કરવા લાગ્યા મનરોએ કંટાળીને પોતાનો પ્રયત્ન ત્યજી દીધો હોત, તેણે કંગાલિયતથી કંટાળીને આત્મહત્યા કરી હોત, તો આટલો કીર્તિવાળો શ્રીમંત અને મહાન ન જ બનત'

આ મનરોનો દાખલો ટાંકીને હેરિયટ લખે છે કે, 'જ્યારે તમે મુશ્કેલીમા આવી જાવ, એટલી તો પીડા ભોગવવી પડે, કે તમને અંતે ખાતરી થઈ જાય કે હવે એક ક્ષણ પણ ટકી શકાય તેમ નથી. તો પણ તમે તમારો પ્રયત્ન છોડી દેશો નહિ, કારણ કે બરાબર તે જ સમયે તમારા ભાગ્યનું ચક્કર તમારી તરફેણમાં ફરી જવાનું નહિ હોય તેની શી ખાતરી ?'

સાત બાળકોના પિતા અને સાઇઠ વર્ષના વૃદ્ધ ડેનિયલ ડીફોને એક પત્રકાર તરીકે કયાંય નોકરી મળતી ન હતી એણે હતાશ થઇને નવલકથાઓ લખવા માંડી. બાર વર્ષમાં નવ નવલકથાઓ લખી. પણ આ નવલકથાઓનો કોઇ વાચક ન મળે, છતાંય તે જરાય નિરાશ ન થયો, એણે પોતાની કલમ ચાલુ જ રાખી 'લોકો વાંચે કે ન વાંચે, મારે મારૂ સાહિત્ય લખવું જ છે. જગત ભલે ભૂલે, ઇશ્વર સારા કામ કરનારને કદીય ભૂલતો નથી.' એવા વિશ્વાસ સાથે પોતાનું કામ ચાલું રાખ્યુ.

આખરે 'રોબિનસન ક્રૂઝો' લખી ત્યારે તેના ભાગ્યનાં દ્વાર ખૂલી ગયાં તે સફળતાના શિખરે જઇને બેઠો. એક જ વર્ષમાં રોબિન્સન ક્રૂઝોની આઠ આવૃત્તિઓ પ્રગટ થઇ દુનિયાની એકેએક ભાષામા એનું ભાષાંતર થયું. એકના અમેરિકામાં એની પચીસ લાખ નકલો વેચાવા પામી આ ઉપરાત બાળકો માટે આ પુસ્તક જુદી જુદી અનેક રીતે લખાયું તે જુદુ.'

આવો જ પ્રસગ અમેરિકાના મહાન કવિ એડલર એલન પોનો છે. એણે ગરીબાઇમા દારૂણ દુ ખ વેઠેલું. કેટલાક વર્ષો સુધી એમણે લખ લખ જ કર્યું, પણ કોઇ નજર નાખવા તૈયાર નહિ. શરૂઆતમાં એની કાકી અને પાછળથી એની સાસુ હસ્ત પ્રતો લઇને તંત્રીઓ અને પ્રકાશકોને બારણે ધકકા ખાય.

ઘણાં પ્રકાશકો અને તત્રીઓ હસ્ત પ્રતો હાથમા પકડવાની પણ ના પાડી દેતા. આ નિષ્ફળતાથી કવિના મનમાં ઘોર નિરાશ વ્યાપી ગઈ. આવા સ કટો સમયે નિરાશ ન થશો નિરાશ થઇને મરણ શરણ થવું અગર મરવાને વાંકે જીવવુ તેના કરતા ઇશ્વર પર વિશ્વાસ રાખીને, આગળ વધવું.

કહ્યુ છે કે લાખેા નિરાશામાં અમર આશા છુપાયેલી છે. એ આશાના કિરણને પકડીને ઇશ્વરના વિશ્વાસે પેાતાની જીવન નૈયાને હંકાર્યે રાખેા અંતમાં તમારેા વિજય જ છે. સદા મનમાં એ વાકયેાને રટેા કે કાલની મને ચિતા નથી, ફિકર નથી, હુ નિશ્ચિંત છું. સર્વથા સર્વ પ્રકારે મારી જાતને સ્વાધીન છુ. મારેા સસાર આશા, ઉત્સાહ ને શ્રદ્ધાના સેાનેરી તારેાથી નિર્માયેા છે. ભયના ભૂતેાની સ્મશાન ભૂમી નથી. નિરાશાના ઘેાર વાદળેામા પણ મનમા કહેા કે મારેા વિજય જ છે, જરૂર મને સફળતા મળશે, ઇશ્વિર મારી સહાયતા કરશે. પ્રભુ જે કરે છે તે સર્વ ભલા માટે જ કરે છે. આ પરિસ્થિતિમાં પણ મારૂં કંઇક શ્રેય થવાનું સર્જાયું હશે. આવા આવા વિચારેાથી નિરાશાના વિચારેાને હાંકી કાઢેા જરુર તમે સફળ થશેા. એ ભાવને મનમાં દૃઢતાથી ધારણ કરેા. અને નિરાશાને ખખેરી નાંખેા. જેના વિચાર સદા પ્રસન્નતાથી પૂર્ણ અને ઇશ્વરાભિમુખ રહે છે તે ઉન્નત થાય છે અને જે સદા શેાક પૂર્ણ અને ઇશ્વિર વિમુખ રહે છે એના અધ:પતનમાં કંઇ સંદેહ નથી. તે સર્વ વ્યાપક પરમાત્માની સાથે સર્વ વિચારેાને જોડી દેવાથી જ સર્વ પ્રકારના સુખ મળે છે અને જીવન ઉન્નત બને છે અને સર્વ અનિષ્ટેાનેા નાશ થાય છે. ઇશ્વર પર વિશ્વાસ કરેા અને સુખી બનેા. દુ:ખ માત્રથી છુટવાનેા આ એક માત્ર સરલ ઉપાય છે. જયા સુધી ઇશ્વર પર પૂર્ણ વિશ્વાસ હેાતેા નથી ત્યાં સુધી જ માનવ મનમાં ભય, શેાક, નિરાશા ચિન્તા આદિ મનેાવિકારેા નિવાસ કરે છે અને તેથી માનવ દુ ખી થાય છે.

આ બધા દુ:ખેાનું કારણ એક માત્ર સ્વાર્થ જ છે. એજ નાસ્તિક છે અને એજ આત્માને અધેાગતિમાં લઇ જનાર તથા બધા દુ:ખેાનુ મૂળ છે. ભય, ચિન્તા વગેરે કરવા એ પાપ છે જેને ઇશ્વર પર વિશ્વાસ નથી હેાતેા તે જ ભય, ચિન્તા વગેરેને મનમા સ્થાન આપે છે. ભય

અને ચિન્તા કરનારને ઇશ્વરના અસ્તિત્વમા શંકા હોય છે. આવી માનસિક હાલત જ સર્વ પ્રકારની નિર્બળતા અને નિરાશાની જન્મભૂમિ છે. કેમકે કાર્યસિદ્ધિ માટે જે માનસિક બળની આવશ્યકતા છે તેનો એમાં અભાવ છે, એથી આ લોક કે પરલોકના કાર્યમાં કોઇ પ્રકારની સફળતા પ્રાપ્ત થઇ શકતી નથી.

વિચારોમાં તે શકિત ગુપ્તપણે રહેલી છે, કે જે દ્વારા સસારનુ સ્વરૂપ પણ બદલાવી શકાય છે. જીવનરૂપી ક્ષેત્રમાં વિચાર એક બીજ રૂપ છે. જો કાંટા વાવવામાં આવશે તો ગુલાબ એમાંથી કેવી રીતે મળશે? એવી જ રીતે જેવા આપણાં વિચાર તેવાજ તેના ફળ મળશે. આથી આપણે ગુલાબ જ કેમ ન વાવીએ. શુભ વિચાર રૂપી ગુલાબનું વાવેતર કરવાથી જ આપણને શુભ કર્મરૂપી ગુલાબનો પાક અવશ્ય મળશે. કહેવાની મતલબ એ છે કે મનુષ્ય પોતાના વિચારોના બળ વડે ગમે તેટલો ઉન્નત બની શકવાને સમર્થ છે. માટે વિચારોની શકિતને એકવાર બરાબર જાણી લેવી જોઇએ. સંસારમાં જે જે લોકો દુઃખની ગર્તામાં પડેલા છે, એ એમના વિચારોનું જ પરિણામ છે. જે કોઇ બીજાનું અહિત કરીને સુખી થવાની ઇચ્છા રાખે છે તે પોતાના માટે જ દુ ખના બીજ વાવે છે. અજ્ઞાનતાથી તે તેને જાણી શકતો નથી.

પ્રકરણ ૫ મું
વિચાર-પરિવર્તન

જીવનને સુધારવા માટે શાન્તિ પૂર્વક સ્થિર મન કરીને એકાન્તમા બેસીને વિચારો કે અમારામાં કયા કયા દોષો છે, જેથી અમારૂં જીવન અશાન્ત બનેલું છે અને અમે ઉન્નતિ કરી શકતા નથી. આમ વિચારતા જે જે દોષો જણાય, એને એક કાગળ પર લખી લ્યો. ત્યાર પછી એની સામે તેનાથી વિરોધી સદ્‌ગુણોને લખો. ત્યારબાદ જ્યા સુધી બને,

એ પ્રતિકુલ વિચારોને પોતાના મનમાથી બહાર કાઢી મૂકો. અને એને બદલે તમે જે જે સદ્દગુણોને ધારણ કરવા ઇચ્છતા હો તેવા વિચારોનો અભ્યાસ કરો. અર્થાત્ —અસત્યને બદલે સત્ય, અશાન્તિને બદલે શાન્તિ, ભયને બદલે નિર્ભયતા, નિરાશાને બદલે આશા, ઉદાસીનતાને બદલે પ્રસન્નતા, નિરૂત્સાહને બદલે ઉત્સાહ, રોગને બદલે નિરોગતાના વિચારોનો અભ્યાસ કરો. વિચારોને બદલવાનો અને અનુકૂલતા પ્રાપ્ત કરવાનો આ જ રાજમાર્ગ છે. દીર્ઘકાળ સુધી નિરંતર અભ્યાસ કરવા માટે ધૈર્ય અને શ્રધ્ધા, ઉત્સાહની પરમાવશ્યકતા છે. તો જ અભ્યાસ થઇ શકે અને ખંતીલો અભ્યાસી જ વિજયને વરી શકે છે. તેમાં સંદેહને સ્થાન નથી અભ્યાસ નિરંતર કરવો જોઇએ. બે ચાર દિવસ અભ્યાસ કર્યો વળી છોડી દિધો વળી થોડા દિવસ કર્યો વળી છોડયો એમ ન ચાલે. અંતર રહિત દીર્ઘકાલ સુધી અભ્યાસની જરૂરત છે, અને તે પણ ઉત્સાહ પૂર્વક. કદાચ થોડા દિવસ તો કંઈ જ સમજ નહિ પડે અને જે દોષ તમારામાં છે તે તેવો જ જણાશે. પરંતુ સમય જતાં, તેવો પ્રસંગ આવતા વિચાર આવશે. જેમ કે જો તમે ધૈર્યતાનો અભ્યાસ કરતા હશો તો એમ થશે અરે મારે ધૈર્ય રાખવું જોઇએ. તો પણ તમે અભ્યાસને ચાલુ જ રાખો. જે દોષ છે તે નિર્બળ થતો જશે. અને જે ગુણનો અભ્યાસ કરો છો તે દિનપ્રતિદિન સબળ બનતો જશે. અને એક દિવસ તમે જોશો કે જે ગુણનો તમે અભ્યાસ કરતા હતા તે તમારા સ્વભાવ રૂપ બની જશે. ઉપર બતાવેલ અભ્યાસને બદલે નીચે બતાવેલ ક્રમાનુસાર પણ અભ્યાસ થઇ શકે છે. અને સદ્દગુણોને વિકસાવી શકાય છે. ધારો કે તમારે કરુણાનો ગુણ પ્રાપ્ત કરવો છે તો પ્રભુ મહાવીરની કરૂણાનો વિચાર, મનન, ચિંતન કરો. જો તમારે હૃદયમા ઉભરાતો અમાપ દાનનો ગુણ પ્રાપ્ત કરવો હોય તો દાનવીર પુરૂષના જીવન પર ચિંતન, મનન કરો. જો તમારે ધાર્યનો ગુણ પ્રાપ્ત કરવો હોય તો

મહાત્મા ગાંધીના જીવનનુ ચિંતન મનન કરો. જો તમારે ક્ષમાનો ગુણ પ્રાપ્ત કરવો હોય તો ચંદનબાળાજીના જીવનનું ચિંતન, મનન કરો. એવી રીતે મહાન આત્માઓના ગુણોનુ સ્મરણ ચિંતન, મનન કરવાથી પણ એ ગુણો ક્રમશ: તમારામાં પ્રગટ થશે. તેમજ ઇશ્વરી સત્તામાં વિશ્વાસ રાખીને મનનો એવો ભાવ બનાવી લેવો જોઇએ કે કુદરત જે કરે છે તે આપણા ભલા માટે જ કરે છે. ઘોર વિપત્તી કે સંકટમાં પણ તે જ ભાવને ધારણા કરી રાખો કે કુદરતમાં અન્યાય હોય જ નહિ તે જે કરે છે તે બધું અમારા ભલા માટે જ કરે છે અને પછી જુઓ કે મનમાં કેટલી શાન્તિ રહે છે. જેમકે એક રાજા હતો, તેનો પ્રધાન પ્રભુ પર અટલ વિશ્વાસ રાખનાર હતો એક સમયે રાજાના હાથની આગળીમાં દર્દ થયું. ઉપચારો ઘણા કર્યા પણ આરામ થયો નહિ. છતાં પ્રધાન તો એમ જ કહે કે કુદરત જે કરે છે તે આપણા ભલા માટે જ કરે છે. રાજા વિચારે છે મારા હાથમાં દર્દ થયુ તેમાં કુદરત શું ભલું કરે છે. તેણે પ્રધાનને કહ્યુ આ મારૂં દર્દ થયું છે તે તો પ્રત્યક્ષ દુ ખદાતા છે છતાં તમો કહો છો કે કુદરત જે કરે છે તે ભલા માટે છે તો આમાં શી ભલાઇ છે. પ્રધાને કહ્યું, પ્રત્યક્ષમા તો કંઈ ભલાઇ નથી જ દેખાતી છતાં તેના સંદર્ભમા જરૂર કંઈક ભલુ થવાનુ સરજાયેલ જ હશે. એ નિશ્ચિત વાત છે. કુદરત જે કરે છે, તે માનવીની ભલાઈ માટે જ કરે છે તેમા સદેહને સ્થાન જ નથી. કુદરતમા અન્યાય હોય જ નહિ સમય જતાં રાજાનો રોગ વૃદ્ધિને પામ્યો. ડોકટરોનો એવો અભિપ્રાય હતો કે જો તે આંગળીનું ઓપરેશન કરવામાં નહિ આવે તો તેનું ઝેર વધતા હાથમા અને પછી શરીરમાં વ્યાપી જશે. તેથી રાજાએ આગળીનું ઓપરેશન કરાવી નાખ્યું. છતા પ્રધાન તો એમ જ કહેતો હતો કે કુદરત જે કરે છે તે માનવીની ભલાઈ માટે જ કરે છે તમોને સમય આવ્યે જરૂર તેની ખાતરી થશે. પરંતુ રાજાને એના વચન પર જરા માત્ર પણ વિશ્વાસ થતો

નહોતો. આ વાત તો વિસારે પડી ગઇ. એક સમયે રાજા શિકાર
કરવા ગયો. ત્યાં સંયોગાવશાત્ તેના સવારોથી છૂટો પડી અરણ્યમાં
દૂર નીકળી ગયો, ત્યાં તેને લૂંટારાઓએ પકડી લીધો તે લૂંટારાઓ કાળી
માતાના ભકત હોવાથી રાજાનું બલિદાન કાળીમાતાને આપવા ઇચ્છતાં
હતા, બલિદાનનો સમય થતાં રાજાને ત્યાં હાજર કરવામાં આવ્યો.
તપાસ કરતાં રાજાની આંગળી કપાયેલી હતી. ખંડીત અંગવાળાનું
બલિદાન અપાય નહિ અને તેથી રાજાને છોડી દેવામાં આવ્યો. રાજાએ
સ્વગૃહે આવીને પ્રધાનને કહ્યું, 'તમારૂ વચન આજે સત્ય થયું છે કે
કુદરત જે કરે છે તે માનવની ભલાઇ માટે જ કરે છે.' જો આજ મારી
આંગળી કપાયેલ ન હોત તો મારા જીવનનો અવશ્ય નાશ થાત.
આંગળી કપાઈ, ઓપરેશન કર્યું ત્યારે મેં તમારી વાતને માની ન હતી
અને તમારા પર મારા મનમાં નારાજી ઉપજી હતી. પણ આજ તમારા
વચનની સત્યતા મારા સમજવામાં આવી છે અને આજથી હું પણ એ
પ્રમાણે વિશ્વાસ કરીશ.'

આવી રીત કોઇપણ આવલમ્બન ગ્રહણ કરીને દુ:ખ, ચિંતા,
શોકાદિ વિકારોને સર્વથા ભૂલી જાઓ અને સદ્દગુણોને ધારણ કરો, જેથી
તમારૂં તેજ વધી જશે. જો કે આગળ બતાવ્યું છે તે પ્રમાણે સારા
વિચારોની અસર ધીમે ધીમે થાય છે માટે ઉતાવળ કરવાની જરૂરત
નથી. વારંવાર સારાં વિચારોને કર્યા કરવાની જરૂર છે. વિચારોનો એ
સ્વભાવ છે કે એનો આદર કરો તો તે પુષ્ટ થશે અને એને ધૂત્કારી
નાંખશો તો ચાલ્યા જશે, નષ્ટ થઈ જશે. એટલા માટે જે વિચારો
સુખદાતા છે એનું વારંવાર ચિંતન કરો અને જે દુ:ખદાતા છે એને ભૂલી
જવાનો પ્રયત્ન કરો તો તે નષ્ટ થઈ જશે. જે વિચારને તમે પુષ્ટ ફલદાતા
બનાવવા ઇચ્છતા હો એને પ્રાત:સાયં ૧૫ વાર સ્મરણ કરો.
જપ કરો.

ચિંતાથી મુકત થવા માટે, નિવૃત્ત થવા માટે, ચિંતાજનક વિચારોને દૂર કરી એના વિરોધી વિચારોને સ્થાપન કરો. જેથી મન સદા પ્રસન્ન રહેશે અને આત્મબળની વૃદ્ધિ થશે, વિદ્વાન જેમ્સ એલન લખે છે કે સુખદુઃખનું કારણ ન કોઇ દેવતા છે, ન પ્રારબ્ધ તથા ન પરિસ્થિતિ છે, પરંતુ કેવલ માનવીય મનના વિચારો જ એ બધાનું કારણ છે.

અપ્રસન્નતાને દૂર કરવી હોય તો, વિચારોને પલટી નાખો. મનુષ્ય કાર્યને બદલી શકતો નથી, પરંતુ કારણને બદલી શકે છે. વિચારોને બદલી દેવાથી સ્વભાવ બદલાઇ જાય છે. અને સ્વભાવને બદલવાથી પ્રસન્નતા પ્રાપ્ત થાય છે. જેમ એક મનુષ્ય ધનવાન છે, એને ચોરનો સદા ભય રહે છે તે ચોકીદાર રાખે છે, તો પણ તે રાતના ભયભીત રહે છે. શાન્તિથી નિદ્રા આવતી નથી બીજો પણ એક ધનવાન છે, જે સર્વ પ્રાણી માત્રને તે પોતાના મિત્ર ગણે છે. સર્વ સાથે પ્રેમ કરે છે, બધાની સહાયતા કરે છે, દાન ધર્મ કરે છે, ધનનો સદ્વ્યય કરે છે, તે પોતાની રક્ષાનો ભાર ઇશ્વરને સોંપીને સદા નિર્ભય રહે છે. કોઇનો તેને ભય નથી. 'અભય હોહિ જો તુમ્હે ડરાહીં.'

ઉપરોકત બન્ને જણા પાસે ધન હોવા છતાં એક સુખી છે અને બીજો દુઃખી કેમ છે? કેવળ પોતાના વિચારોને કારણે. એક સંકુચિત વિચારવાન તથા સ્વાર્થી છે, બીજો ઉદાર વિચારવાળો અને પરમાર્થી છે, પરોપકારી છે. વિચારોના પ્રભાવથી એક મહાદુઃખી અને બીજો મહાસુખી છે. આ જગત વિચારોનું જ સ્થૂલ રૂપ છે. પ્રત્યેક મનુષ્યની બાહ્ય અવસ્થા અને સંયોગ એના વિચારને અનુસાર જ હોય છે. મનુષ્ય સંસારને પોતાની ઇચ્છાનુસાર બનાવી શકતો નથી; પરંતુ પોતે પોતાને સંસારને અનુકુલ બનાવી શકે છે. તે પોતાની પરિસ્થિતિને બલાત્કારથી તોડી શકતો નથી. પરંતુ ધૈર્યથી શાન્તિની સાથે તેમાંથી પોતાનો માર્ગ શોધી શકે છે. તમે તમારા વિચારોને બદલી નાખો, તો

તમારી પ્રતિકુલ પરિસ્થિતિ પોતાની મેળે બદલાઇ જશે. જ્યાં સુધી મન ચંચળ રહે છે, ત્યાં સુધી એમાં સારા વિચારો પ્રવેશી શકતા નથી વિશ્વાસ કરો કે મન અનંત શકિતઓનો ભંડાર છે અને અનેક ચમત્કારોનો ખજાનો છે. બીજાથી અપ્રસન્ન રહેવુ, ભયભીત રહેવું, રાગ, દ્વેષ કરવા એ બધા મનના રોગો છે, વિકારો છે. એક મહાત્મા પોતાના શિષ્યને શિક્ષા આપતા હતા કે, જેના મનમા એવા ભાવો આવે કે મને અમુક મનુષ્ય દુઃખ આપે છે, અથવા અમુક મારૂ અપમાન કરે છે, તો સમજવું કે હાલ એને સત્યની પ્રાપ્તી થઈ નથી. અને તે સત્યને સમજી પણ શકયો નથી.

સંસારની કોઈપણ વસ્તુ સારી કે ખરાબ નથી, કેવલ પોતાના વિચાર અનુસાર જ તમોને સારી કે ખરાબ જણાય છે. દર્પણમાં પોતાના જ મુખનુ પ્રતિબિમ્બ પડે છે. માનવ પોતાના વિચારો અનુસાર સંસારને જુએ છે, દેખે છે. દુખી મનુષ્યને સસાર–દુઃખરૂપ અને સુખીને સુખરૂપ પ્રતીત થાય છે. ઘણા લોકો કહે છે કે 'જો હું સ્વતંત્ર હોત મારી પાછળ બાળ બચ્ચાનો ઝગડો ન હોત, તો હું ઘણું કામ કરી શકત' પરંતુ એ તેની નિર્બળતા છે કેમ કે મોટુ કામ કરવામા બાળ બચ્ચાથી કે ધનના અભાવથી અથવા પરતંત્રતાથી કોઈ રૂકાવટ થતી નથી. જો તેના વિચાર શુદ્ધ હોય તો, તે જેને બાધક કારણો માને છે તેજ તેને સહાયક બનતા જણાશે. કેટલાક મહાત્માઓએ તો કારાવાસ (જેલ) માં પણ ઉત્તમ ગ્રંથો લખેલા છે અને એમણે એમ પણ કહ્યું છે કે જો અમને કારાવાસ ન મળ્યો હોત, તો આટલો સમય અમને એકાન્ત પણ મળી શકત નહિ કે જેથી અમે આવા ગ્રંથો કારાવાસની બહાર રહીને લખી શકત. એ માટે સમજી વિચારીને જીવનના પ્રત્યેક દિવસને અમુલ્ય જાણીને પોતાના મનને ઉન્નત બનાવવાનો પ્રયત્ન કરો. જો સુખની ઇચ્છા હોય તો, નહિતર તમારી મરજી અમારૂ કામ તો ચેતવણી આપવાનું છે. સારા વિચારો કરવાથી સારૂ કાર્ય

થાય છે અને જીવન પણ ઉત્તમ બને છે અને ઉત્તમ જીવનમાં જ આનંદ પ્રાપ્ત થાય છે. તમે પોતે જ તમારા ભાગ્યના સર્જક અને નિર્માતા છો પોતાના વિચારોને બદલી નાંખો તો તમારી સ્થિતિ પણ બદલાઇ જશે. વિચાર શકિતનું યથાર્થ જ્ઞાન પ્રાપ્ત કરો અને તન, મન. તથા આત્માને સુખી બનાવો. લેખકને એક જૈન યુવતી સાથે પરિચય થયો. તે યુવતી માનસિક અનેક પ્રકારના રોગોથી પિડાતી હતી, અને તે કારણથી ચિંતીત રહેતી હતી. ચિંતાના કારણથી શરીર પણ નિર્બળ અને રોગી બન્યું. નિર્બળ મનમા નિબળ વિચારો આવે એ સ્વાભાવિક છે. તેથી કોઇવાર આત્મહત્યાના વિચારો કરે તો કોઇવાર જૈન સાધ્વી બની જવાના વિચાર કરે, પરંતુ જેનું મન નિર્બળ છે તે જ કાયર છે કાયર ન તો સાધુ બની શકે છે અને ન મૃત્યુને ભેટી શકે છે, વ્યર્થના ખોટા, ખોટા વિચારો કર્યા કરે છે. એની આવી પરિસ્થિતિમાં જ લેખકને તેનો પરિચય થયો. વાત વાતમા તે રડયા પણ કરતી હતી લેખકે તેને સમજાવી વિચારનુ વિજ્ઞાન બતાવ્યું તથા બે ચાર તેવા પુસ્તકો મંગાવીને વાંચવાની ભલામણ કરી. તથા તેને પત્ર દ્વારા તેમજ સંગ થાય ત્યારે પ્રત્યક્ષ ઉપદેશ પણ વિચારો સુધારવાનો અને સારા સારા વિચારો કરવાનો આપ્યો. બે ચાર વર્ષમાં તો પરિસ્થિતિ સુધરી ગઇ. હાસ્ય જેના મુખ પર દેખાતુ જ ન હતુ કેવલ આંસુઓ જ દેખાતા હતા તે હવે આનંદમગ્ન રહેવા લાગી. તેનો પતિ કહેવા લાગ્યો કે મારા તો ડો. ના પૈસા તથા સમય બચાવ્યો તમારી શિક્ષાના પ્રભાવે. આજ તે સુખી જીવન વિતાવી રહી છે અને બધા કુવિચારો થી મુકત થઇ ગઇ છે. આ ઉપરથી એજ ફલિતાર્થ થાય છે કે માનવીય જીવનને દુઃખમય બનાવનાર ખરાબ વિચારો જ છે. હે પ્રિય વાચક ! તું આજથી અત્યારથી જો સુખી થવાની ઇચ્છા કરતો હોય તો તારા મનમાથી બધા જ હલકા વિચારોને હાંકી કાઢ અને સારા વિચારો માટે મનના દ્વાર ખુલ્લા મૂક. માત્ર સુખની ઇચ્છાથી સુખી નહિ થવાય. પરંતુ સારા વિચારોનો મનમા વાસ કરાવવાથી જ સુખ, શાન્તિ પોતાની મેળે

તારી પાસે આવશે. હાથ કંકણને આરસીની શી જરૂરત એકવાર કરીને જુઓ તો અનુભવ થશે. વિચારો ને બદલવા માટે બાહ્યની કોઇ સામગ્રીની જરૂરત નથી માત્ર દૃઢ ભાવ અને નિશ્ચિયાત્મક નિર્ણયની જરૂરત છે. જો તમારો નિર્ણય અફર હશે તો તમે જરૂર વિકાસ સાધી શકશો તેમા સંદેહ ને સ્થાન જ નથી. માટે હે વીરો જાગો અને મોહનિદ્રાને ત્યાગી આજ પળથી વિકાસના પથના પથિક બનો.

ચિંતા અને ભયનો પ્રતિકાર

અમેરિકાના એક પ્રસિધ્ધ ડોકટરનું કથન છે કે વિશ્વાસ પૂર્વક અમારુ મન તથા શરીર જે કાર્ય કરે છે, એમાં જેટલી શકિતનો વ્યય થાય છે, એનાથી ત્રણગુણી શકિતનો વ્યય મનમાં ચિંતા કે ભય ઉત્પન્ન થવાથી થાય છે, અને માનસિક તથા શારીરિક શકિત નષ્ટ–ભ્રષ્ટ થઇ જાય છે. કેમકે ચિંતા તથા ભય માનસિક વિકાર છે. જેનુ મન ચિંતાથી વ્યગ્ર છે, તેને રાતના શાન્તિપૂર્વક નિંદ્રા આવતી નથી એના વિચાર અને મન ચિંતા સાગરમાં ગોતા ખાયા કરે છે.

અને રાતના દિવસ કરતાં પણ વધારે શકિતનો વ્યય થાય છે, જ્યારે તેને થોડી નિદ્રા આવે છે, ત્યારે પણ તેના મસ્તકમાં ચિંતા ઊભી જ રહે છે એથી શકિતનો વ્યય તો થતો જ રહે છે. અન. સવારે જ્યારે એ ઉઠે છે ત્યારે પણ તેનું મુખ શાન્ત, કે પ્રફુલ્લિત દેખાતુ નથી, ચિંતાથી મુકત થવાનો ઉપાય એ છે કે પ્રથમ તમે એવો વિશ્વાસં કરી લ્યો કે તમારી માનસિક શકિત અપાર છે, અને તેનો સદુપયોગ તમે પોતાનાં ઇચ્છિત ફલની પ્રાપ્તિ માટે કરવા સમર્થ છો.

એટલા માટે તમારે ઇચ્છા–શકિતનો ઉપયોગ અને આત્મવિશ્વાસ કરવો પડશે. જેના ફલ રૂપે શાન્તિ અને નિશ્ચિંતતા પ્રાપ્ત થશે. પોતાની ચિંતાઓને વધવા ન દો તેમ જ ચિંતાઓ વિશે જેમ જેમ વધારે વિચાર કરવામાં આવશે તેમ તેમ તે ને વિચારો તમારા મન પર વધારે સવાર થશે (અસર કરશે.) એટલા માટે ચિંતાઓના વિચારને જરા પણ મનમાં પ્રવેશવા ન દો.

"બીજો ઉપાય દીર્ઘ શ્વાસોશ્વાસની ક્રિયા તથા વ્યાયામ છે. એના વડે ચિંતાઓને દૂર કરવામાં વિશેષ સહાયતા મળે છે. તેમ ખુલ્લી હવામા ફરવાથી પણ સારો એવો લાભ મળે છે."

મનની સંતપ્ત દશા તથા એનો પરિહાર :-

મનની સંતપ્ત દશા મનને મારી નાંખે છે. એથી મસ્તક પણ વિકૃત બને છે, માટે એ સ્ભાવનો ત્યાગ કરવો જોઇએ. એ અનિષ્ટ સ્વભાવને રોકવાનો દૃઢ સંકલ્પ કરવો જોઈએ. એવા વિચારોને મનમાં આવતા રોકવા જોઇએ. તે કેવી રીતે રોકવા તે નીચેના દૃષ્ટાંતથી જાણુશો —

એક યુવાન અને યુવતી તાજાં જ પરણેલા હતા નાતાલની રજા નજીકમાં આવી હતી રજાનો એ આનંદ કેમ ઉજવવો તેનો કાર્યક્રમ ઝીણવટથી આ નવદંપતિએ રચ્યો હતો.

ત્યા તો નાતાલના એક અઠવાડિયા પહેલા જ તે યુવતીનો પતિ મૃત્યુ પામ્યો પરણ્યાને હજુ છ માસ પણ નહોતા થયા અને તે યુવતીનુ સૌભાગ્ય ગયું. તે યુવતી ખૂબ રડતી. તેના સગા-વ્હાલા તેને નાતાલ ઉજવવા આમંત્રણ આપત, પણ તેનું પારણામ શૂન્ય જ. યુવતીના મન સામેથી તેનો મૃત પતિ ખસતો નહોતો. કેવા ઉમળકા ભર્યા કોડથી આ નાતાલની રજા ઉજવવાનું બંનેએ નક્કી કર્યું હતુ ? ધાર્યું તું શુ અને શુ બની ગયુ ? આજે તે જ નાતાલ ભયાનક સ્વરૂપ લઇ તેને ખાવા ધાતી હતી યુવતી ઓરડામાંથી નીકળી મકાનની નીચે ઉતરી ગઇ

રસ્તામાં સામે જ બસ સ્ટોપ હતુ. યાંત્રિક રીતે યુવતી બસમાં ચઢી ગઇ. તેનો પતિ જીવતો હતો ત્યારે બન્ને આવી રીતે કોઇ પણ બસમા ચઢી જતા અને છેલ્લા (બસ સ્ટોપની) ટિકિટ કઢાવી લેતાં. આ તેમનો

શોખ હતો આજે પણ તેજ યાંત્રિક ટેવથી શૂન્ય મને યુવતી બસમાં ચઢી ગઇ છેલ્લાં બસસ્ટોપની ટિકિટ કઢાવી તે બસમાં જ ઉંઘી ગઇ. કંડકટરે તેને જગાડી અને કહયું 'છેલ્લુ સ્ટોપ આવી ગયુ.' બસમાંથી ઉતરી તે યુવતી તે અજાણ્યા રસ્તાપર ચાલવા લાગી. ત્યાં બાજુમાં એક નાનકડું ચર્ચ (મંદિર) આવ્યું. તેમાં તે દાખલ થઈ. ચર્ચ ખાલી હતું.

ચર્ચના બાંકડા ઉપર જ તે યુવતી થાકી પાકી ઊંઘી ગઇ. કલાકેક વીતી ગયો. જ્યારે તે યુવતી જાગી ત્યારે તેની સામે બે નાનડા બાળકો ઊભા હતા. બેઉ ભાઇબેન-હતા બેન ભાઇને કહેતી હતી, "જો સાન્તો કલોઝ આપણા માટે આ બાઇની ભેટ લાવ્યા" નાના બાળકોની મીઠી-કાલી વાતચીતથી તે બાઈના દુખી ચહેરા ઉપર પણ આછું સ્મિત ફરકયું. પ્રથમ દષ્ટિએ જ યુવતી સમજી ગઇ કે આ બાળકો તેનાથી વધુ દુખી હતા.

"તમારા મા બાપ કયાં છે?"

"અમારે મા બાપ નથી."

"તો કયાં રહો છો"

"અનાથાશ્રમમા"

તે કમનસીબ યુવતીને ત્યારે ખાતરી થઇ કે તેનાથી વધુ કમનસીબ અને વધુ દુ:ખી આ માબાપ વિનાના બાળકો છે. અચાનક તે યુવતીમાં ઉઠવાનુ બળ આવ્યુ. ઉઠીને બાળકોને છાતી સરસા ચાંપી દીધા અને આગળીએ ઝાલી બાજુમા રહેલ ક્રીસ્ટમસ ટ્રી બતાવ્યુ. પછી તેઓને તે બાજુની ગલીમાં લઈ ગઇ. ત્યા ડ્રગ સ્ટોરમાથી કેન્ડીઝ ( ) અને ચોકલેટો અપાવી, તેમજ થોડાક રમકડાં લઈ દીધા. બાળકો રાજી થઈ ગયા. તે નિરાધાર બાળકોને લાગ્યુ કે તેમની માતા પાછી મળી યુવતીને ગળે તેઓ વળગી પડયા. યુવતીને પ્રથમવાર લાગ્યું કે આ દુનિયામાં તે એકલી નથી આ નિરાધાર બાળકો તેના [illegible]

તેનું છે કે જે તેને ગળે વળગી શકે છે, જેનુ કપાળ ને ચુમી શકે છે. અનાથ બાળકો સામે તે યુવતી મુગ્ધ નયને જોઇ રહી બાળકો હવે ગમગીન નહોતા. ખીલખીલાટ હસતા હતા તે હાસ્યના રણકારથી યુવતીના હૃદયની સુની એકલતા જતી રહી જીવન તેને ભર્યું ભર્યું લાગ્યુ. દુનિયા તેને સુંદર લાગી. ઉદાસીન મનનો સુનકાર કોઇકને રાજી કરતા શમી ગયો. જીવનમા પ્રફુલ્લિતતા આવી. જીવનને આનંદમય બનાવવાનો રસ્તો તેને પ્રભુએ બતાવી દીધો પોતાનું સમગ્ર જીવન એવા સેવાના કાર્યમાં વીતાવીને દુખી જીવનનો સદા માટે નાશ કર્યો અને આનંદમય જીવન જીવતા એ શીખી.

આપણે પણ આપણા જીવનમાં તેજ શીખવાનું છે તે ભૂલશો નહિ દુખને પકડી રાખવામાં કે તેનું ગાન ગાવામાં બુદ્ધિની મહત્તા નથી ને નથી પરંતુ આપણું દુ.ખ ભુલીને બીજા અનેક દુખીઓ છે તેના દુ.ખને દૂર કરવા માટે આપણે પોતાને ભૂલી જવામાં બુદ્ધિ જ પ્રાપ્ત થયાની સાર્થકતા છે હે માનવી! દુઃખમા જ તારો વિકાસ છે. દુખ અને તે પણ શાન્ત ભાવે સહન કરેલું દુખ જ આત્મજ્યોતિને, જીવન જ્યોતિ ને પ્રકાશીત કરે છે. સહન કરો, શુદ્ધ બનો. સંપૂર્ણ બનો હે મુસાફર? શાન્ત ભાવે સહન કરેલું દુખ તને શુદ્ધ બનાવનાર છે, જ્ઞાન જ્યોતિને પ્રકાશ કરનાર છે. અજ્ઞાન અંધાકરને દૂર કરનાર છે. માટે મનને સંતપ્ત શા માટે રાખે છે? શુદ્ધ અને શુભ વિચારોનો આશ્રય લઇને તેને હાંકી મૂક. તારા ભૂતકાળને યાદ કર કેટલા દુખો તે સહન કર્યા છે. આજે તો તારી પાસે શકિત છે, સામર્થ્ય છે, તે વડે તે તે દુખોને દૂર કર. તેને બદલે તેના જ વિચારો શા માટે કર્યા કરે છે? ઘણું કરીને તો મન જ્યારે નવરૂં હોય ત્યારે જ ચિંતા વગેરેના દુખોને અગર ઉદ્વેગને, ઉદાસીનતાને આધીન થાય છે માટે તેવે વખતે મનને સારા સારા પુસ્તક વાચવામા જોડવું જોઇએ. સતસંગ કરવો

જોઈએ. અથવા સુંદર સેવાના કાર્યોમાં તેને જોડવાથી મનની સતપ્ત દશા જરૂર દૂર થાય છે. પરંતુ તેજ દશામા રહીને રીબાવુ તે માનવ જેવા માનવ માટે કોઇ પ્રકારે ઈષ્ટ નથી. હે મહામાનવ ! ઉઠ અને તારી શકિતને સંભાળી તેનો આજથી અત્યારથી સદ્‌પયોગ કર અને સુખી બનવા પ્રયત્નશીલ બન.

પોતાના વિચારોને સુધારવા માટે મહેનત તો જરૂર કરવી પડે છે. ખરાબ વિચાર કરવાની ટેવ મનને અનાદિ કાળથી પડેલી છે, તેથી તે સ્વાભાવિક જ મનમાં આવી જાય છે. પરંતુ સારા વિચારોની ટેવ મનને ન હોવાથી તે માટે પ્રબળ ઇચ્છા શકિતની જરૂર પડે છે. લેખકનો નિવાસ એક યોગાશ્રમમાં છે ત્યાં મોટો બગીચો છે. ત્યાં નકામા ઝાડ, છોડવા, ફુલો અને ઘાસ તો વણ ઇચ્છયા પોતાની મેળે જ ઉગે છે તેને ઉગાડવા માટે કોઇ પ્રયત્ન કરવો પડતો નથી. ત્યારે તે બગીચામાં સારા ફળો, શાકભાજીઓ, અને ફુલો માટે તો ખાસ નોકરને રાખી પ્રયત્ન કરાવવામાં આવે છે. તેવી જ રીતે માનવ મનરૂપી બગીચામા પણ ખરાબ વિચારો પોતાની મેળે આવ્યા જ કરે છે, પરંતુ સારા વિચારો મનરૂપી બગીચામાં ઉત્પન્ન કરવા માટે તો ખાસ પ્રકારની તૈયારી કરવામાં આવે તો જ ઉત્પન્ન થાય. તેને માટે સર્વથી પ્રથમ સત્‌સંગ, ઉત્તમ મહાત્માઓના ચરિત્રનું વાંચન, વિચાર, મનન, સારા માણસો સાથે હળવું મળવું, સાત્વિક ભોજન, વિચાર, વિવેક આ બધા સાધનોની સાહયતા વડે વિચારોને સુધારી શકાય છે. કોઇ પ્રકારના બંધનથી મુકત થવા માટે મનમાં કલ્પના કરો કે અમે બધનથી મુકત થઇ રહ્યા છીએ તો તે વિચારની અસર જરૂર મન પર થશે અને તમે બંધનથી મુકત થતા જશો અને એક દિવસ જરૂર સર્વથા મુકત થશો જ. ભાવનાનો ઉદય મનમાં થતા જ બહારના બધનો ઢીલા થતા જાય છે અને એનું બળ ક્ષીણ થતુ જાય છે, મનનું કેટલું બધું અદ્‌ભૂત સામર્થ્ય છે,

તેનો ખ્યાલ કરવો જોઇએ. ધર્મશાસ્ત્ર વારવાર પોકારીને કહે છે કે મન જ બંધન અને મોક્ષનુ કારણુ છે.

'મન એવં મનુષ્યાણાં કારણાં બંધ મોક્ષયો'' એક વિદ્વાનનું કથન છે કે એક ઉપાય વડે માનવીય જીવનને બદલાવી શકાય છે અને આનંદમય બનાવી શકાય છે અને તે નિતી, ન્યાય, સત્ય, પવિત્રતા, પ્રેમ, અને સત્ વિચારોમાં જે વિલક્ષણુ શકિત છે તેના પર મનને કેન્દ્રિત કરવાથી જીવન જીવવા જેવુ લાગશે. પરંતુ તે વિચારોને આમથી તેમ દોડાવવાથી કઇ લાભ થતો નથી પણુ સતત અભ્યાસ કરવો જોઇએ તો જ સફળતા મળે છે

યોગીજનો પોતાના શિષ્યોને માનસિક મૂર્તિની કલ્પના કરવા માટે વિશેપ જોર આપે છે એથી શિષ્ય એ પ્રમાણે માનસિક મૂર્તિની કલ્પના અનુસાર બાહ્ય જગતમાં કાર્યની સિદ્ધિ કરે છે. એ રીતથી કેવલ મનુષ્યનો સ્વભાવ જ નથી સુધારી શકાતો પણુ જીવનની અન્ય ઘટનાઓ, અવસ્થાઓ પણુ એ નિયમને અનુસરે છે. ઉપરોકત રીતનો ઉપયોગ માનવની ભલાઇ માટે જ કરવો જોઇએ પરંતુ કોઈ અનિષ્ટ કાર્ય માટે તેનો પ્રયોગ કરવાથી મહાન હાનિ થવાનો સંભવ છે. જે કોઈ ઉન્નત જીવનને પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા રાખે છે, એણે પોતાના દિલમાંથી વાસનાઓને દેશવટો આપવો જોઇએ અને જગત હિતકારી સેવા, પરોપકારના વિચારોનો નિરંતર અભ્યાસ કરવા માટે તત્પર રહેવુ જોઇએ.

સર્વ પ્રકારના દુ ખ મનની ખરાબ ભાવનાઓથી જ ઉત્પન્ન થાય છે. જયા મનની શુદ્ધ ભાવનાઓ રહે છે, ત્યા તો સુખનો જ વાસ હોય છે. સુખ એટલે કોઇ બાહ્ય વસ્તુ નહિ પરંતુ મનની શાન્તિનું નામ જ સુખ છે. બાહ્ય સુખના સાધનો ઉપલબ્ધ હોવા છતાં પણુ ઘણા

માનવોનું મન અશાન્ત રહે છે અને તેઓ દુ:ખી હોય છે માટે માનસિક શાન્તિ ત્યાં જ સુખ એમ સમજવુ જોઇએ. માનસિક શાન્તિ વિનાના હજારો સુખના સાધનો સુખ આપી શકતા નથી.

જે કોઈ મનની દૃઢતા પૂર્વક સત્યનો ઉપાસક છે, એને જાણવાની પૂર્ણ અભિલાષા રાખે છે, તે કોઇ પણ પ્રકારના પરિશ્રમને પરિશ્રમ ન સમજતા, ધીરજથી પ્રયત્ન પૂર્વક અભ્યાસ કરતા કરતા એક દિવસ સત્યને અવશ્ય પ્રાપ્ત કરી લે છે, એમાં અણુમાત્ર પણ સંદેહને સ્થાન નથી કર્તવ્ય–કર્મ નાનું હોય કે મોટું, પોતાનું હોય કે પરાયુ છતા તેનું ઉત્તમ પ્રકારે પાલન કરવું જોઇએ જ્યારે કર્તવ્ય પ્રેમની વસ્તુ બની જાય છે અને પ્રત્યેક કર્તવ્યનું સારી રીતે, સાચા મનથી નિ:સ્વાર્થ ભાવે પાલન કરાય છે. ત્યારે મનમાંથી ઘણોખરો સ્વાર્થ ભાવ નીકળી જાય છે અને સત્યની તરફ સાધક પ્રગતિ કરતો જાય છે. અશુભથી બચવુ છે તે જ શુભ તરફ લઇ જનાર છે. જે આળસ અને સ્વાર્થને ત્યાગે છે, તે જ વાસ્તવમાં શીલ, સયમ નિયમ શીલતા અને આત્મ સમર્પણ આદિ ગુણોને ગ્રહણ કરી શકે છે. સાથે સાથે પોતામાં બળ, સાહસ અને દ્રઢતાને વધારી શકે છે, અને એજ શ્રેષ્ઠ બનવાનો અધિકારી બની શકે છે.

પોતાનો સ્વભાવ સુધારવા માટે સર્વ પ્રથમ આ વાત ધ્યાનમાં રાખવાની છે કે ઇચ્છિત વસ્તુનું વારમ્વાર પુનરાવર્તન કરવુ જોઇએ. ધ્યેય વસ્તુના ધ્યાન દ્વારા પોતાની વાસનાઓ પર વિજય પ્રાપ્ત કરવો એ જ સરલ અને શ્રેષ્ટ માર્ગ છે.

દ્રઢ ઇચ્છા શક્તિ ઘણી ખરી ખરાબ ટેવો પર અધિકાર કરી શકે છે. જો મનુષ્ય એવો સંકલ્પ કરી લે કે અમુક કાર્ય હુ અવશ્ય કરી શકીશ, અથવા થવુ જ જોઇએ. તો ખરાબ આદતોને છોડવાનો પ્રયત્ન કરવાથી ઇચ્છા શક્તિ બલવાન બનીને અવશ્ય કાર્ય સિદ્ધ થશે. પરંતુ સ્મરણ શક્તિને બલવાન બનાવવા માટે સંકલ્પ સહિત તીવ્ર ઇચ્છા શક્તિની પરમાવશ્યકતા છે.

સ્વભાવ બદલવા માટે પોતાનું પૂર્ણ ધ્યાન એને હટાવવામાં લગાડવું અને તેનાથી થવાવાળા ખરાબ પરિણામો પર વિચાર કરવો. ઉકત રીતીથી દ્રઢ સંકલ્પ દ્વારા ખરાબ આદતોને દૂર કરનાર વિચારોનું સેવન કરવામાં આવે તો અવશ્ય સ્વભાવનુ પરિવર્તન થોડા કાળમાં થઈ શકે છે. મુખ્ય વાત એ છે કે લોકોનો ખરાબ સ્વભાવ સુધરી શકે છે કે જે સાચા દિલથી તેને ત્યાગવાની તીવ્ર ઈચ્છા કરે છે.

સ્વભાવ-પરિવર્તન માટે જેમ્સ એલને એમ કહ્યુ છે કે, પોતાના મનમાંથી જે ખરાબ સ્વભાવનું-પરિવર્તન કરવું છે એના વિષે આત્મ-ભાવથી એમ વિમારો કે હું આત્મા છુ મારામાં એ દુર્ગુણ હોય શકે જ નહિ, હુ આત્મા છુ. આત્મ વિચારથી તે વિચારને ભુલી જવો જોઇએ. એ જ વાતને વારમ્વાર વિચારતા રહો કદાચ સ્વભાવવશ તે ફરી આવે તો તેની ઉપેક્ષા ન કરતા મનમાંથી તે દુષ્ટ ભાવના કાઢી નાંખવા પ્રયત્ન કરવો જોઇએ અગર કોઇ કામમાં મનને સંલગ્ન કરવું જોઇએ.

તે ઉપરાત પણ જો મનમાં કોઇ અજ્ઞાનપૂર્ણ કાર્ય કરવાનો વિચાર આવે તો ૨૫ વખત ઇષ્ટ મંત્રનો જપ કરવો એથી ખરાબ ઇચ્છાનો ગર્વ ભગ થઈને એની નિવૃત્તિ થઇ જશે જો કદાપિ ૨૫ વાર ઇષ્ટ મંત્રનો જપ કરવા છતાં મન એ કાર્ય કરવામાં પ્રવૃત્ત થાય, તો એને દંડ આપવો જેમ કે "હે મન, જો તુ ફરી એવું મૂર્ખતા ભરેલું કામ કરશે તો તારે એક દિવસ નિર્જલ ઉપવાસ કરવો પડશે.' આ પ્રકારે દઢ નિશ્ચય પૂર્વક શિક્ષા નિશ્ચત કરવાથી પણ ધીરે ધીરે દોષની નિવૃત્તિ થતી જશે.

જેટલી તમારામા ભુલો, ખામીઓ હોય એને એક કાગળ પર લખો અને એને સદા પોતાની પાસે રાખો. એને વારમ્વાર વાંચીને તેને સમજવાનો પ્રયત્ન કરો અને તેને ત્યાગવાનો દઢ સંકલ્પ કરો. એ પ્રકારે દશ દિવસ કરવાથી સ્વભાવમા અવશ્ય પરિવર્તન થયેલું જણાશે.

ઈશ્વર-ભક્તિ, સજ્જન સંગતિ , અટલ નિષ્ઠા, પદ-પંકજ પ્રીતિ, થવા છતાં સંસારમાં એવી કઈ વાત છે જે દુર્ગમ અથવા અસંભવ હોઇ શકે આશા અને આત્મવિશ્વાસ પર જ માનવ જીવનનો આધાર છે, અને એજ બળ વડે સર્વ કાર્યમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકાય છે. જે મનુષ્યમાં આત્મવિશ્વાસ હોય છે તે સંકટોથી ડરતો નથી. ગમે તેટલી વિપત્તીઓ આવે, તો પણ તે પોતાના શરૂ કરેલા કાર્યથી નિરૂત્સાહીત કે હતાશ થતો નથી મનુષ્ય ત્યા સુધી નિર્બળ અને દીન, હીન દશામાં રહે છે જ્યા સુધી તે હલકા અને તુચ્છ વિચારો ને આધીન રહે છે. આથી આપણે સદા આપણા મનમાં ઉચ્ચ ભાવો, વિચારો અને ઉચ્ચ આકાક્ષાઓને જ સ્થાન આપવું જોઇએ.

મનનાં વિકારો દૂર કરવા માટે નીચેની ભાવના નિયમ પૂર્વક દરરોજ કરવી જોઇએ. ભાવના '— મેં માનસિક વિકારોનો નાશ કરી દિધો છે. તે મારા મનોમંદિરમાં પ્રવેશ નહિં કરી શકે કેમકે મનોમંદિરમા અંતર્યામી દેવ બીરાજમાન છે પરમાત્માનુ મંદિર શુદ્ધ અને પવિત્ર જ હોય છે ત્યાં વિકાર કયાંથી ? વિશ્વનો કોઇ પણ તાકાત મને પરાસ્ત નહીં કરી શકે, હું વિશ્વ વિજેતા વીર છું'.

રાજયોગમાંથી ઉદ્ધૃત

યોગીજન પોતાના શિષ્યોને શિક્ષણ આપે છે કે મનુષ્યનું ચરિત્ર જન્મ-સમયથી જે બનેલ હોય છે તે પ્રયત્ન દ્વારા સુધારી પણ શકાય છે. યોગીઓ પોતાના શિષ્યોને અનિષ્ટના નિરાકરણની અને ઇષ્ટના અનુભવને જાગૃત કરવાની શિક્ષા આપે છે જેમકે શિષ્યમાં ભીરૂતા હોય અને તે તેને દુર કરવા ઇચ્છતો હોય તો એવી શિક્ષા આપે કે મનથી ભયના વિચારને ત્યાગી વીરતાની ભાવના પર મનને એકાગ્ર કરો. જેમ જેમ વીરતાનો ભાવ વિકસીત થતો જશે તેમ તેમ ભયનો ભાવ ધીમે ધીમે નષ્ટ થતો જશે.

જે કોઈ પોતાને હારેલો માને છે, એના મનમા એવા વિચારો વધારે આવવાથી એનો સ્વભાવ (પ્રકૃતિ) એ વિચારોને અનુસાર બની જાય છે. આદર્શ જ વાસ્તવિકતામા પરિણમે છે. એ જ વાત પ્રત્યેક આદર્શના વિષયમાં છે. જે ઇર્ષ્યાના વિચારો કરે છે એના હૃદયમાં ઇર્ષ્યા અવશ્ય ઉત્પન્ન થાય છે અને તે ઇર્ષ્યાને વાર-વાર વિચાર દ્વારા પૃષ્ટ કરે છે. મનુષ્ય ધારે તેવા ભાવોને બનાવી શકે છે. અનિષ્ટ વિચારોને બદલે ઉત્તમ ગુણોને સ્થાપન કરી શકે છે અને કાર્યમા લાવી શકે છે. સાધારણ મનુષ્ય પોતાના ચરિત્રને સબળ કે નિર્બળ જાણે છે, અને એને અપરિવર્તન શીલ જાણે છે. તે એમ જાણે છે કે જેવું અમારૂ ચરિત્ર છે તેવુંજ બન્યું રહેશે તેમાં ફેરફાર થઈ શક્તો નથી. પરંતુ તે તેની ભુલ છે, તેનું અજ્ઞાન છે. તે ધારે તો પોતાના ચરિત્રને બદલાવી શકે છે. અભ્યાસ દ્વારા ચારિત્ર રચનાની રીત ઘણી સરલ છે, પરંતુ જ્યારે મનુષ્ય તેનો અભ્યાસ કરીને એના ફળનો અનુભવ કરે ત્યારે જ તેનો અદ્‌ભૂત પ્રભાવ તે જાણી શકે છે, યોગીજન આરંભથી જ શિષ્યને પ્રબળ ક્રિયાત્મક ઉદાહરણ દ્વારા ચારિત્ર રચનાની મહિમા અને શકિતની શિક્ષા આપે છે. શિષ્યને જે વસ્તુ પ્રિય હોય એને અપ્રિય અને જે આપ્રય છે તેને પ્રિય બનાવવાની ઇચ્છા (ભાવ) જાગૃત કરવાની શિક્ષા આપે છે અને બન્ને વસ્તુઓ પર એકાગ્રતા કરવાનુ કહે છે. એક પર રૂચી અને બીજા પર અરૂચીની ભાવના કરાવે છે જેમ કે સાકર પ્રિય છે, તો એવી ભાવના કરો કે, હું સાકર પર ઘૃણા કરૂં છું. એને દેખવાની પણ મારી ઈચ્છા નથી, પરંતુ ખાટી વસ્તુ ઉપર પ્રેમ કરૂ છુ અને એના સ્વાદના આનંદમા મગ્ન બની જાઉં છુ. મીઠી વસ્તુનુ સ્મરણ ઘૃણા પૂર્વક અને ખાટી વસ્તુનું સ્મરણ પ્રસન્નતા પૂર્વક કરૂં છુ. એવી ભાવના કરવાથી થોડા સમયમા એમ જણાશે કે તે વિચારો અનુસાર સ્વાદ અને રૂચીમા અંતર પડી રહ્યું છે. અતમાં ભાવના પ્રમાણે તે પ્રિય અથવા અપ્રિય લાગવા માડે છે, ત્યારે એ યુકિતનો મહિમા શિષ્યના મનમાં પૂરેપુરો અંકિત થઇ જાય છે, એથી ફરી તે એ વિધિને કોઇ દિવસ ભુલતો નથી,

યોગીજન પ્રથમ એ ક્રિયાના મહત્ત્વને શિષ્યના ચિત્ત (મન) પર અંકિત કરીને સ્વાદાનંદને એ ક્રિયા દ્વારા દૂર કરતા થકા લાભદાય પદાર્થોમાં રૂચી અને હાનિકારક પદાર્થોમા અરૂચી ઉત્પન્ન કરાવી આપે છે. એ બધી શિક્ષાઓનો ઉદ્દેશ્ય સ્વાદને જાગૃત કરવો અને હટાવવો એટલો જ માત્ર નથી, પરંતુ મનને કેળવવું અને શિષ્યના મનમાં એ અંકિત કરવુ છે કે, એનો સ્વભાવ ઇચ્છાનુસાર બદલાવી શકાય છે. એ માટે ફક્ત મનની એકાગ્રતા અને વિચાર-પૂર્વક અભ્યાસની આવશ્યકતા છે.

ચરિત્ર રચનાની ક્રિયાનો મુખ્ય સિદ્ધાંત (અભિપ્રાય) એ છે કે, જીવાત્મા મનનો સ્વામિ છે અને મન જીવાત્માની આજ્ઞાનુસાર પોતાની રૂચી, ચેષ્ટા, ક્રિયા આદિ સર્વને પરિવર્તન કરી શકે છે. જો વિચાર પૂર્વક ઉપર બતાવેલી રીત પ્રમાણે અભ્યાસ કરવામાં આવે તો સફળતા જરૂર મળે, સ્વભાવ સુધારવા માટે પ્રથમ તેને સુધારવાની તીવ્ર ઈચ્છા હોવી જોઇએ. જ્યાં સુધી તીવ્ર ઈચ્છા ન હોય ત્યાં સુધી તે તરફ કોઇ લક્ષ આપી શકે નહિ અને જ્યાં લક્ષ જ ન હોય તો પછી અભ્યાસ તો થાય જ ક્યાંથી? જો ઈચ્છા તીવ્ર ન હોય તો પ્રથમ ઇચ્છાને તીવ્ર બનાવવી જોઇએ. એનો ઉપાય એ છે કે જે વસ્તુની સામાન્ય ઇચ્છા હોય એના પર ચિત્તને એકાગ્ર કરો. યાદ રાખો કે જે માનસિક બળ નીચે લઇ જાય છે, પણ તેનુ જો પરિવર્તન કરવામાં આવે તો તે જ બળ ઉપર લઈ જાય છે. જેમ વિષનુ બીજ વાવવામા આવે તેમ અમૃતના બીજ પણ વાવી શકાય. અર્થાત્ અનિષ્ટ કામનાને બદલે અભિષ્ટ કામનાના બીજ વાવી શકાય. જો તમારે પોતાના ચારિત્ર-સ્વભાવમાથી કોઈ પ્રકારના દોષ ખામી વગેરેને દૂર કરવાની આવશ્યકતા જણાતી હોય પરંતુ ઈચ્છા ન હોય તો પ્રથમ એ ઇચ્છાનુ બીજ મનમાં વાવો અને વિચાર દ્વારા એનુ ચિંતન (સિંચન) કરો. સાથે સાથે એ દોષને દૂર કરવા માટે ઇષ્ટ અનુભવો પર મનને સ્થિર કરો. પછી કલ્પનાના જગતમા પોતાને તે ગુણ યુક્ત સમજો. ત્યારે તે ગુણ પ્રાપ્ત કરવાની પ્રબળ

કામના તમારા મનમાં જાગૃત થશે અને અંકુરિત થઇ પલ્લવ પુષ્પ અને ફળને આપશે. ત્યાર પછી જ્યારે તે ભાવના (ઇચ્છા) પ્રબળ બની જશે, ત્યારે તમારા મનમા એવી તીવ્ર ઇચ્છાનો ઉદય થશે કે મારી ઇચ્છા જલ્દી પૂર્ણ થાઓ એ માટે પ્રથમ ઇચ્છા શકિતને બળવાન બનાવો તો પછી કાર્ય સિદ્ધિના ભાવ પોતાની મેળે જાગૃત થશે. પ્રબળ ઇચ્છા શકિતને બળવાન બનાવો તો પછી કાર્ય સિદ્ધિના ભાવ પોતાની મેળે જાગૃત થશે. પ્રબળ ઇચ્છા શકિત દ્વારા મનુષ્યોએ એવાં એવા કાર્યો કરેલ છે કે, જે કરામત સમાન બની ગયા છે.

જો તમે એ જાણી લો કે અમારા મનમાં અમુક હાનીકારક દોષ છે અગર ઇચ્છા છે. તો એને એકાગ્રતાનું ભોજન ન આપો તો તે દૂર થઇ જશે. અર્થાત્-તે હાનિકારક ઇચ્છાનો જરો માત્ર પણ વિચાર ન કરવો અને એની વિરોધી ઇચ્છા પર મનને લગાડવુ. એથી ઇષ્ટ કામના જલ્દીથી પૂર્ણ થશે અને અનિષ્ટ થોડા સમયમાં નિવૃત્ત થઇ જશે. પરંતુ અનિષ્ટ કામનાનો વિચાર મનમાં એકવાર પણ ન આવવો જોઈએ. આ કામ શ્રદ્ધા, વિશ્વાસ આશાયુકત હોવું જોઇએ. કેટલાકને તો આ વિષયને જાણી લેવાથી જ શ્રદ્ધા ઉત્પન્ન થઈ જાય છે, પરંતુ જેનામાં શ્રદ્ધા અને આશાનો અભાવ છે, એને ક્રમશઃ શ્રદ્ધા, આશા અને આત્મ-વિશ્વાસને દિલમાં જાગૃત કરવા જોઈએ, એનો ઉપાય એ છે કે પ્રથમ સ્વભાવ-ચારિત્રનો કોઇ નાનો અનુભવ જે પ્રાપ્ત કરવો સહેલો હોય એનો અભ્યાસ કરીને ફળ પ્રાપ્ત કરવું. જેથી આશા, શ્રદ્ધા, અને વિશ્વાસ, વધશે. જેટલો એનો અભ્યાસ વધારે થશે એટલી જ જલ્દી સફળતા મળશે. શ્રદ્ધા અને વિશ્વાસ, દ્વારા જ માનસિક કાર્યમાં શીઘ્ર સિદ્ધિ થાય છે. અને કાર્ય સરલ બની જાય છે. વિશ્વાસ જ શંકર છે. અને શ્રદ્ધા જ ભવાની માતઃ છે સંશય અને અશ્રદ્ધાથી કાર્ય-સિદ્ધિમા બાધા આવે છે અને એ માર્ગ રોધક બને છે. તીવ્ર ઇચ્છા, દૃઢ વિશ્વાસ અને અભ્યાસ એ ત્રણ પરમાવશ્યક છે. એ વડે ચારિત્ર નિર્માણનો માર્ગ ખુલ્લો થઈ જાય છે.

ચારિત્ર સંગઠન અર્થાત્-સ્વભાવનું નિર્માણ કરવું અને ચારિત્ર પરિ-વર્તનને અર્થાત્-સ્વભાવને બદલવો.

નવીન સ્વભાવ કેવલ ઈચ્છામાત્રથી તત્કાળ મન પર અંકિત થતો નથી, પરંતુ અભ્યાસ કરવાથી ધીરે ધીરે સ્થિર થાય છે.

કોઈ ભાવનાને હૃદયમાં શબ્દો વિના ધારણ કરવી કઠિન છે, કેમકે શબ્દ જ ભાવનાનું મુખ્ય સ્થાન છે. અને માનસિક કલ્પના માનસિક સ્વભાવનું મુખ્ય સ્થાન છે. એ માટે યોગી જનો શબ્દોના વ્યવહાર પર વિશેષ જોર આપે છે. એમનુ કહેવુ એમ છે કે સાહસ, વિશ્વાસ, સ્થિરતા, દ્રઢતા, પ્રેમ, નમ્રતા આદિ શબ્દોમાથી કોઇપણ શબ્દના અર્થની ભાવના મનમાં ધારણ કરવાની ચેષ્ટા કરો. પરંતુ પોપટની જેમ શબ્દોનું જ ઉચ્ચારણ ન કરો. પરતુ શબ્દની સાથે અર્થ પર પણ ધ્યાન આપો, અને શબ્દોને વારંવાર રટો એથી શબ્દો માનસિક પુષ્ટીનુ કામ કરે છે. જેટલી વાર અર્થ સહિત શબ્દોનુ ઉચ્ચારણ કરશો, એટલી જ જલ્દી તમારા ઇષ્ટની સિદ્ધિ થશે.

અભ્યાસ કરવાની રીત

પ્રથમ પોતાના મનમા એક કાર્ય કરવાનો દ્રઢ નિશ્ચય કરી લ્યો. જેમ કે-"આ સપ્તાહમાં હું ક્રોધ નહિ કરૂ ક્ષમાને ધારણ કરીશ" કદાચિત્ પહેલા સપ્તાહમાં તમે તમારા નિશ્ચયથી ચલાયમાન થઇ જશો. તો પણ તમે બીજા સપ્તાહમાં જરૂર સફળ થશો ત્યાર બાદ બે સપ્તાહનો નિશ્ચય કરો. એમ ક્રમ-ક્રમથી અભ્યાસ વધતો જશે. એવી રીતે જે જે અભ્યાસ કરવો હોય તે થઇ શકે છે. પ્રતિજ્ઞા પૂર્વક સમયનો નિયમ કરી સર્વ સાધનોનો અભ્યાસ કરવાથી સફળતા અવશ્ય પ્રાપ્ત થાય છે. બધો આધાર પરિશ્રમ કરવા ઉપર છે. પ્રયત્ન વિના સિદ્ધિ મળતી નથી. જેમ બાહ્ય સંપત્તિ પ્રાપ્ત કરવા માટે બાહ્ય સાધનોનો ઉપયોગ કરવો પડે છે, તેમજ આંતર વૈભવને વધારવા, જીવન જ્યોતને

પ્રકાશીત કરવા માટે આંતરિક પુરૂષાર્થ કરવો પડે છે. આતર વૈભવ જ સાચેા વૈભવ છે. બાહ્ય સંપત્તિથી સુખ મળે પણ અને ન પણ મળે પરંતુ આંતર વૈભવ પ્રાપ્ત થતા તેા જીવાત્મા જરૂર સુખી થવાને જ. સુખ માત્ર બાહય વસ્તુઓથી મળતુ નથી પરંતુ આંતર વૈભવ રૂપ સદ્દગુણોથી જ માનવતુ જીવન આનદમય બની શકે છે બાહ્ય સપત્તિમા અનેક વિઘ્નો છે. તેથી તેમા વિપત્તિનેા પણ સંભવ છે. પરંતુ આતરિક ગુણેા રૂપી સંપત્તિ બાધા રહિત અને સર્વ સંજોગોમા આનંદ આપનાર જ હેાય છે. માટે હે પ્રિય વાચક, તારી આતર જ્યેાતિને વિકસાવવા આ સુવર્ણ અવસરે પ્રયત્નશીલ બન, અને તારા આતર વૈભવને વિકસાવી શાશ્વત સુખનેા ભેાકતા બન

પ્રકરણ ૬ ઠું
: દિવ્ય વિચારેાનેા જીવન પર પ્રભાવ :

અમારા દિલમાં જે આશાના તરંગેા ઉઠે છે, અમારી આત્મામાં જે મહત્ત્વકાક્ષાઓનેા જન્મ થતેા રહે છે અમારા મનમાં જે દિવ્ય ભાવનાઓનેા ઉદય થાય છે, શું તે અસત્ય છે, વ્યર્થ છે, ફાલતૂ છે? નહીં, નહીં, તે જીવનપ્રદ છે, સત્ય છે, પ્રબળ છે, પ્રભાવેાત્પાદક છે અમારી શકિતની સૂચક અને અમારા ઉદ્દેશ્યની ઉચ્ચતાની માપક છે. અમારી કાર્ય-સંપાદક શકિતના પરિણામેાની દ્યોતક છે, જેની અમે ઇચ્છા કરીએ છીએ, જેની સિદ્ધિ માટે સંપૂર્ણ અતકરણથી અભિલાષા કરીએ છીએ, એની અવશ્ય પ્રાપ્તી થશે જ.

જે આદર્શને અમે સાચા મનથી બનાવ્યેા છે, મન, વચન અને કાયાને એક કરીને જે આદર્શની સૃષ્ટિ રચી છે, તે અવશ્ય અમારે સન્મુખ સત્યના રુપમાં પ્રગટ થશે જ. જ્યારે અમે કેાઇ પદાર્થની અભિલાષા કરીએ છીએ, જ્યારે અમે મન, વચન અને કાયાથી એની

પ્રાપ્તીને માટે પ્રયત્નવાન બનવાના મનોરથ સેવીએ છીએ, ત્યારથી એ પદાર્થ સાથે પોતાનો સબંધ બાંધવો શરૂં કરીએ છીએ. અમારૂં મન એની સિદ્ધિ માટે જેટલું ઉત્સુક હશે. અમારી આત્મિક ભાવનાઓ જેટલી સુદૃઢ હશે, એટલો જ એની સાથે અમારો સંબંધ દૃઢ થશે. પરંતુ ખેદની વાત છે કે જીવનના સ્થૂલ કાર્યો પર તો અમે વિશેષ આધાર રાખીએ છીએ, પણ જીવન આદર્શની તરફ યથાયોગ્ય ધ્યાન જ આપતા નથી. એ જ કારણથી અમે ઇચ્છીએ છીએ તેવી સફળતા મળતી નથી, પૂર્ણ વિજયથી અમે પોતાના અંતરને ગદ્‌ગદ્ કરી શકતા નથી, વિજયનો ડંકો વગાડી સંસારને આશ્ચર્ય પમાડી શકતા નથી, પણ જ્યારે અમે મન, વચન ને કાયાથી અમારા આદર્શ પર સ્થિર રહેતા શીખસું જે અમારૂં લક્ષ છે જેને અમે સત્યના રુપમાં પ્રગટ કરવા ઇચ્છીએ છીએ, ત્યારે અમને અવશ્ય સફળતા પ્રાપ્ત થશે.

જે પુરૂષ જેવા બનવાની તમે અભિલાષા રાખો છો, એ જ આદર્શને સદા પોતાની સામે રાખો. તમે પોતાનો એ આદર્શ બનાવી લ્યો કે મારામાં પૂર્ણતા અને કાર્ય–સંપાદનની શકિત ભરેલી પડી છે. તમે તમારા મનમાંથી રોગ તથા ન્યૂનતાના વિચારોને કાઢી નાખો. પોતાના મનના દરવાજામાં કોઇ દિવસ નિર્બળતા. ન્યૂનતા અને પરાજય ના વિચારોને પ્રવેશવા ન દો તમે તમારા ફકત આદર્શને પૂર્ણ કરવાનો મન, વચન, અને કાયાથી પ્રયત્ન કરો અવશ્ય તમને એ પ્રયત્ન સફળતા પ્રાપ્ત કરવામાં સહાયક બનશે.

અહા ! આશાજનક વિચારોમાં કેટલી વિલક્ષણ શકિત ભરેલી છે! પ્રિય વાચક, જરા એનો અનુભવ તો કરી જો. તમે એવો વિચાર નકકી કરી લ્યો કે અમારી અભિલાષાઓ જરૂર પૂર્ણ થશે, અમારા મનોરથો ભાવનાઓ સિદ્ધ થશે, અમારા સુખના સ્વપ્નો સાચા થશે, અમને વિજય અને સફળતા પ્રાપ્ત થશે. પરાજય ને અસફળતા

અમારી પાસે આવી નહિં શકે. અમારે માટે જે થશે તે પ્રભુકૃપાથી સારૂ જ થશે. અને પછી જુઓ કે એ પ્રકારના દિવ્ય અને આશામય વિચારોનો તમારી શારીરિક, માનસિક આધ્યાત્મિક તથા સાંસારિક ઉન્નતિ પર કેવો દિવ્ય પ્રભાવ પાડે છે. હું ફરીથી ભાર પૂર્વક કહું છું કે એ વિચારોને સ્વભાવરૂપ બદલી દેવાથી મનુષ્યની જેવી ઉન્નતિ થાય છે તેવી બીજી કોઇ પ્રકારે થતી નથી.

તમે તમારા મનમાં આ વિશ્વાસને દૃઢ કરી લો કે જે કાર્યને માટે અમારો જન્મ થયો છે તે કાર્યને અમે અવશ્ય પૂર્ણ કરશુ. એ બાબતમા પોતાના અંતરમાં તન્નમાત્ર પણ સંદેહ ન રાખો જો એ સંદેહ તમારા મનમાં પ્રવેશ કરવા ઇચ્છે તો તત્કાળ તેને બહાર કાઢી મૂકો. તમે તમારા મનોમંદિરમાં હંમેશા એવા જ વિચારોને પ્રવેશવા દો કે જે સ્વપર હિતકારી હોય. તમે એજ આદર્શને સદા રટો જે તમોને કલ્યાણપ્રદ હોય જે જે ભાવો, વિચારો તમોને ઉદાસીન બનાવે, નિરાશ બનાવે, તેને મનો મંદિરમાથી દેશવટો આપો. હું કહુ છું કે અસફળતા, દુઃખ, ઉદાસીનતા આદિ વિચારોને તમારી પાસે જ આવવા ન દો.

તમે ગમે તે કામ કરો, તમે જેવું જીવન બનાવવા ઇચ્છો, પરંતુ એના માટે સદા આશાપૂર્ણ અને શુભ ભાવ જ રાખો. એમ કરવાથી તમને પોતાની કાર્ય શકિત વધતી જણાશે અને સાથે એ પણ જણાશે કે અમારો સુધારો થઇ રહ્યો છે. જ્યારે પોતે પોતાના મનોમંદિરમા આનંદમય સૌભાગ્યશાળી અને શુભ કલ્પના-ચિત્રોને જોવાની આદત બનાવી લીધી કે પછી એના વિરૂદ્ધ પરિણામ વાળી આદત બનાવવી તમારે માટે મુશ્કેલ થઇ જશે. જો બાળકોને નાનપણથી જ આવી સારી આદતો પાડવામાં આવે તો તેઓનું જીવન સુંદર, સ્વસ્થ અને ઉન્નત બને તેમાં સંદેહને સ્થાન જ નથી. જો આપણે મનને સુસંસ્કૃત બનાવા

લઈએ તો આપણને તે શકિતઓ પ્રાપ્ત થાય જેનાવડે આપણે આપણા આંતર શત્રુઓ પર પુરે પુરો વિજય પ્રાપ્ત કરી શકીએ. જે શત્રુઓ પર અમારી શાન્તિને, સુખને સફળતાને લૂટવાવાળા છે.

શું તમે વ્યાપાર અર્થે ધનની ઇચ્છા કરો છો ? તો તેં પહેલા તમે મન, વચન, કાયા વડે એના માટે પ્રયત્નવાન બનો કે અમારૂં ભવિષ્ય પ્રકાશમાન થશે, અમે ઉન્નતિશીલ અને સુખી બનશું અમને સફળતા અને વિજય પ્રાપ્ત થશે તથા સર્વ પ્રકારની આનંદ જનક સામગ્રી અમને પ્રાપ્ત થશે. બસ સર્વ પ્રથમ એ દિવ્યધનને જે પ્રાપ્ત કરી વ્યવહારમાં પ્રવેશ કરવો હોય તે કરી શકો છો અને ત્યારબાદ તેના મીઠા ફળ ચાખો.

ઘણાં ખરા લોકો પોતાની ઈચ્છાઓને આશાઓને ઉદીપ્ત કરવાને બદલે એને નિર્બળ બનાવી દે છે તેઓ એ વાતને જાણતા નથી કે પોતાની અભિલાષાઓની સિદ્ધિ માટે અમે જેટલો દ્રઢ ભાવ જેટલો અવિચલ નિશ્ચય રાખશું એટલી જ અમે એમા સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકશુ તે એ વાતને પણ જાણતા નથી કે પોતાની આશાઓ ને જીવિત રાખવાનો સતત પ્રયત્ન કરતા રહેવાથી જ અમે એનો શાક્ષાત્કાર કરવાની શકિત પ્રાપ્ત કરી શકશું.

એનો માર્ગ દુર્ગમ હોય તોપણ અમે જો મન, વચન, કાયાથી એને પ્રત્યક્ષ કરવા માટે પ્રયત્નશીલ બનીએ તો ધીરે ધીરે અમે એને સિદ્ધ કરી શકશુ પરંતુ એક વાત જરૂરની છે કે અભિલાષા જ કરતા રહીએ અને એને સિદ્ધ કરવા માટે કંઇ જ પરિશ્રમ ન કરીએ તો તે જલ તરંગ સમાન ઉત્થાન અને પતન મનોમન જ થઈ જશે. આપણે હંમેશા પોતાના વિચારો, મનોભાવો અને આદર્શને, ગુણ પ્રકૃતિ અનુસાર પોતાની કાર્યોત્પાદક શકિતને વધારતા ને ઘટાડતા રહીએ છીએ. જો અમે

પૂર્ણતાનો આદર્શ પોતાની સામે રાખીએ, અને અમે હંમેશા માનતા રહીએ કે હુ સર્વશકિતમાન પરમાત્મા સમ આત્મા છું તેથી હું પૂર્ણ છુ નિરોગ છું તો તે ભાવના અનુસાર તેવી શકિત તમોને પ્રાપ્ત થશે જે શકિત અમારી રોગ અને અપૂર્ણતાની ભાવનાને નિર્બળ કરી દેશે. તમે જે કંઇ ઇચ્છતા હો તેજ વાતનો વિચાર કરો, તેને જ વચન દ્વારા બોલો બીજા વિચારને મનમાં ન આવવા દો તો જ તમો સફળતા પ્રાપ્ત કરી શકશો.

ઘણા મનુષ્યો કહેતા હોય છે કે-ભાઇ હવે તો થાકી ગયા નકામા થઈ ગયા, હવે પરમાત્મા અમને બોલાવી લે તો સારૂ. વળી તે લોકો આવા રોદણા રડે છે કે-અમે બહુ અભગીયા છીએ, કમનશીબ છીએ, અમારૂ ભાગ્ય ફુટલ છે, દૈવ અમારાથી વિરૂધ્ધ છે. અમે દીન છીએ, ગરીબ છીએ, અમે ઘણો ઘણો. પરિશ્રમ કર્યો પણ ભાગ્યે અમને સહાયતા ન કરી તે બિચારાઓને જ્ઞાન હોતુ નથી કે આવા અંધકારમય, નિરાશા જનક વિચારો કરવાથી આવી રીતે રોદણા રડવાથી પોતાને હાથે પોતાના ભાગ્યને ખરાબ બનાવીએ છીએ, અને ઉન્નતિરૂપી કૌમુદીને કાળા વાદળાઓથી ઢાકી દઇએ છીએ. તે લોકો એ પણ જાણતા નથી કે આવા કુવિચારો અમારી શાન્તિ, સુખ અને વિજયના ઘોર શત્રુ છે. તે આ વાતને ભૂલી જાય છે કે આવા વિચારોને મનમા ન આવવા દેવામાં જ અમારૂં મંગલ છે, હિત છે. એ અજ્ઞાનતા વશ કુવિચારોને પોતાના અંતરમાં સ્થાન આપીને પોતાને હાથે પોતાના પગમા કુહાડો મારે છે. તેઓ નાની વાતને પણ મોટુ રૂપ આપી પોતાના ભાગ્યને દોષ આપતા કરે છે અને દુઃખી થાય છે. ઘણા માનવો બુધ્ધિશાળી હોવા છતાં મનોબળને અભાવે દુખી થાય છે પણ મનોબળ નિર્બળ ક્યારે થાય હલકા વિચારો કરવાથી જ. એક નિરંજન નામનો યુવાન ગુણ ગ્રાહક આદર્શવાદી હતો પણ તેની પાસે મનોબળનો અભાવ હતો. એક સમયે સુધા નામની રૂપવંત, ગુણવંત, બાળા સાથે તેનો પરિચય

થયો. સુધા ખરેખર સુધા જ હતી. તેનું શિક્ષણ રૂપ, ગુણ બધા જ આકર્ષક હતા. નિરંજન પણ તેના ગુણ પર આકર્ષિત થયો. હાં નિરંજનનો સ્નેહ નિર્દોષ હતો તે વાત ખરી. એક સમયે નિરંજને સુધાને ગુણની પ્રશંસા કરતો-પત્ર લખ્યો અને સાથે સાથે એક પવિત્ર ગુણવંત બહેન તરીકે તેનો ફોટો મંગાવ્યો. નિરંજને તે પત્રના ઉત્તરની પ્રતિક્ષામાં ઘણો સમય વિતાવ્યો પરંતુ પત્ર ન જ આવ્યો, તે ન જ આવ્યો. આ કારણથી નિરંજનને પોતાનું જીવન નિરાશામય જણાયું. વાતમાં કંઇ સાર ન હતો. પરંતુ મનોબળના અભાવે આજના શિક્ષિત યુવાનો પોતાનું ધૈર્ય ધારણ કરી શકતા નથી અને નિરાશાના સાગરમા ગોતા ખાય છે. અહિંઆ આ નિરંજનની પણ એજ દશા હતી. એને ચોમેર અંધકાર અને શૂન્ય ભાષવા લાગ્યુ એવા વિચારોમા લીન નિરંજન રસ્તામાં ચાલ્યો જતો હતો ત્યાં કોઇ કારણથી એક મકાન પરથી છાંપરૂં પડયુ અને નિરંજનના માથાપર પડયુ જેથી તે બેહોશ થઈ ગયો. તેને હોસ્પીટલમાં લઇ જવામાં આવ્યો. માથામાં ચાર પાંચ ટાંકા આવ્યા. યોગ્ય સારવારથી થોડાં દિવસમાં સારૂં થયું, મસ્તકનો ઘા તો રૂઝાઈ ગયો પણ મનનો ઘા એમનો એમ હોવાથી શરીર સુધર્યું નહિ ડો. વિચારે છે કે આનુ શરીર કેમ સુધરતું નથી. એવો કોઈ રોગ છે નહિ. આખરે ડો.ને જાણ થઈ કે આ યુવાન કોઇ નિરાશાને લીધે જીવનથી હતાશ થયેલો છે, ડોકટરે એને કલાક, બે બે કલાક પોતાના સમયનો ભોગ આપી સમજાવ્યું કે જીવન જીવવા જેવું છે. તેમાં હાર જીત અનિવાર્ય છે. આમ ઘણુ ઘણું સમાજાવ્યું, પણ નિરજનનો અંતર ઘા બિલકુલ અંશ માત્ર પણ મટયો નહીં અને નિરાશામાં તે ડુબતો જ રહયો ડો.નો ઉપાય સફળ થયો નહી. એક દિવસે તેની નાની બ્હેને એક પત્ર લાવીને આપ્યો. ને ફોડયો. તે તો સુધાનો પત્ર હતો, તેમજ તેની અંદર તેનો ફોટો પણ મોકલ્યો હતો. પત્રના વિલમ્બનુ કારણ એ હતુ કે એવા એવા અનિવાર્ય સંજોગો ઉત્પન્ન થવાથી પત્ર લખવામા વિલમ્બ થયો હતો અને તે બદલ ગુણ-

યક્ષ બહેને ભાઇની ક્ષમા યાચી હતી. અને સુધાનો પત્ર અને ફોટો મળતાં જ નિરંજનની નિરાશાએ દેશવટો લીધો. અલ્પ દિવસમાં જ તે તન અને મનથી તંદુરસ્ત થયો. કહેવાની મતલબ એ છે કે એક નાની બાબતમાં પણ આજના યુવાનો ધૈર્યને ગુમાવી નિરાશ થઇ જીવનથી હારી જાય છે તે બધુ શાને આભારી છે? મનો નિર્બળતાને જ આભારી છે. સાચું શિક્ષણ એ જ છે કે જેના વડે મનોબળ વધે, વિકસે અને સહન કરતા શીખે. સહન કરો અને શુદ્ધ બનો જે સહન કરે છે તે જ આત્મિક શુદ્ધતાને પામે છે. જીવન તો એક સંગ્રામ છે, અને યુદ્ધમાં તો હાર જીત થવાની જ. હાર થતા નાસીપાસ થવું અને જીત થતા ફુલાય જવું તે જીવનની ખરી જીત નથી. જીવનની ખરી જીત નથી જીતતો જીવન સંઘર્ષમા સમતુલા રાખવામાં જ રહેલી છે. અને સમતુલા મનોબળને આભારી છે. અને મનોબળ ત્યારે જ વિકસે કે ઉચ્ચ વિચારો, ભાવનાઓ, અભિલાષાઓને મનમાં સ્થાન મળે તો જ મનોબળ વિકસે. માટે હે વીરો તમારી પામરતાને પરીહરો અને અમે આત્મા છીએ, પ્રભુ મહાવીરના સંતાન છીએ અમે હજારો સંકટોથી કે વિપત્તીના વાદળોથી ધૈર્યતાને છોડવાના નથી. પરંતુ અડગ, અચળ વીરતાથી તેને દૂર કરીને વિજયને વરશુ એ અમારો આદર્શ મંત્ર છે. આ જ મંત્ર પામરમાંથી પ્રભુ બનાવવાને સમર્થ છે. તમારો જન્મ મહાન બનવા માટે જ છે. તમે આ વિશ્વમાં દીન હીન કે પામર બનવા માટે આવેલા નથી. પરંતુ મહાન માનવ બનવા, પામરમાથી પ્રભુ બનવા માટે અહિંઆ આવેલા છો. આ વાતને સદા યાદ રાખો. તમારી પાસે મન રૂપી મહાન સંપત્તી છે તેનો જો તમને સદુપયોગ કરતા આવડે તો તમે જરૂર પ્રભુ બનવાને સમર્થ બની શકો. અને મન રૂપી સંપત્તિનો દુરૂપયોગ કરો તો નિરકમાં પણ વાસ કરવો પડે. ભવિષ્યને સુધારવું કે બગાડવું તે તમારી ઇચ્છા પર નિર્ભર છે. ભાવિને સુખકર કે દુઃખકર બનાવવું તે બીજા કોઇના હાથની વાત નથી,

પ્રભુ મહાવીરે કહ્યું છે—અપ્પા કત્તા વિકત્તાય, દુહાણુય સુહાણુય,
અપ્પા મિત્તમ મિત્તંચ, દુપટ્ઠિય સુપ્પટ્ઠિયો.
ઉત. અ. ૨૦-૩૭

સુખ દુ:ખનો કર્તા પોતાનો આત્મા જ છે સત્કર્મો કરવાથી આત્મા પોતાનો મિત્ર બને છે અને દુષ્કર્મો કરવાથી આત્મા જ આત્માનો શત્રુ બને છે. સુખ અને દુ:ખ આપનાર બીજું કોઇ નથી. આત્મા પોતે જ વિવેક વડે સુખી અને અવિવેક વડે દુ:ખી થાય છે. માટે હે ભવ્યો! આ મનને સારો ખોરાક એટલે વિચાર રૂપી ખોરાક આપો તો તે મન તમારૂં મિત્ર બનશે. અને મનમા કુવિચારો કરવાથી તે જ મન વડે જીવાત્મા નર્ક નિવાસ કરે છે. મોટા મોટા મહાત્માઓ પણ જો જરા ભૂલ્યા અને અસાવધાન રહ્યા તો આ મન તેને નર્કમાં લઇ જવા તૈયાર થયું અને તે જ મહાત્માઓ વિવેકવડે જાગૃત થતાં મન દ્વારા તેજ મોક્ષમા ગયા. આવી આ મનની ભૂલ ભૂલામણીમાં હે વીરો ન ફસાતા સ્વહિત સાધી લેા. આ મને માનવને અનત સંસારમા પરિભ્રમણ કરાવ્યું છે, હવે વિવેક વડે તેને જીતીને સંસારથી પાર થવાનો પ્રયત્ન કરો. પ્રભુએ કહ્યુ છે કે "સમય ગોયમ મા પમાયે" હે ગૌતમ સમય માત્રનો પ્રમાદ વિવેકીએ ન કરવો. ઘણા મનુષ્યોની આ ફરિયાદ હોય છે કે આવા ચંચળ મનને તે શી રીતે જીતી શકાય. તેની ગતિ તો પવનથી પણ તેજ છે, તેઓએ જાણવું જોઇએ કે મન કરતાં પણ કોઇ મહાન શકિત છે જે આત્મતત્વ છે તે અમે પોતેજ છીએ. આત્મા અનંત શકિતવંત છે શરીર જડ છે મન પણ જડ છે. જડ મનનો અધિકાર શું આત્મપર ચાલી શકે ખરો? શરીરરૂપી રથ, ઇન્દ્રિયોરૂપી ઘોડા, મનરૂપી, ચાબૂક, બુદ્ધિરુપી સારથી, પરમ પંથનો પથીક આત્મા તેમા સવાર થયો છે, રથ તો સ્વામિની આજ્ઞાનુસાર જ ચાલવો જોઇએ તે તો આપણા બધાનો વ્યવહારીક અનુભવ છે. પરંતુ જ્યારે પથીક રૂપી આત્મા અવિવેકરૂપી નિદ્રામાં ઝોલા ખાય, તો સારથી પોતાની ઇચ્છાનુસાર રથને ચલાવી ઉન્માર્ગે ગતી કરે જ તેમા નવાઇ નથી. પરંતુ જ્યારે

વિવેક વડે આત્મા જાગૃત થાય તો તે રથને સ્વાધીન કરી ઇચ્છાનુસાર સન્માર્ગગામી કરી શકે. આ બન્ને વાત જીવાત્માના હાથમાં જ છે. તેમાં અન્ય કિંચિત્ માત્ર કંઇ જ કરવાને સમર્થ નથી. માટે હે વિવેકવંતો જાગૃત જીવન જીવો અને મન ઈન્દ્રિયોને વશ કરો અને વિકાસ સાધો. જડ મનને વશ કરવું તે તો આત્મા માટે કંઇ જ દુષ્કર નથી. પરંતુ તમે પોતાની શકિતને ભૂલ્યા છો તે જ્ઞાનીના વચનો વડે જાણી તે ભૂલને સુધારી, આત્મશ્રદ્ધા વડે વિકાસ સાધો અને શ્રેયને વરો માર્ગ સરલ છે. તમે ધારો છો તેવો વિષમ તે નથી. ઉઠો ઘણી નિદ્રા લીધી હવે આળસને ત્યાગી પ્રમાદને પરિહરી પ્રભુ પથના પથીક બની તમારી જીવન નૈયાને ભવ પાર કરવા કટીબદ્ધ થાઓ વિજ્ઞેસુ કિંબહુના. માટે તમે પોતે કોઇ ખાસ વિષયમાં પોતાની અપૂર્વતા પ્રગટ કરવા ધારતા હો તો ઉચ્ચ આદર્શને સન્મુખ રાખીને તેમાં પ્રવેશ કરો. અને ત્યાં સુધી અંતરને ત્યાંથી તલમાત્ર પણ ન હટાવો જ્યા સુધી તમને સફળતા ન મળે. પોતાના આદર્શને, મનોભાવને, પોતાના વિચારોના પ્રવાહને શ્રેષ્ટતા અને દિવ્યતાની તરફ જ પ્રવાહીત કરતા રહેવુ જોઇએ. અને પૂર્ણ વિશ્વાસ તથા નિશ્ચય કરી લેવો જોઇએ કે નિકૃષ્ટતા, દીનતા, નિર્બળતા, આધિ–વ્યાધિ, દરિદ્રતા, અને અજ્ઞાન સાથે અમારે કંઇ જ લેવા દેવા નથી. આત્મ વિશ્વાસ રાખવો જોઇએ કે અમે સદા સન્માર્ગમાં જ વિચરશું. અહો ? તે કઇ દૈવી વસ્તુ છે,– કયો દિવ્ય પદાર્થ છે, જે અમારા આત્માને ઉન્નત કરે છે, એને આધ્યાત્મિકતાના આનંદમય ઉચ્ચ પ્રદેશમાં લઈ જાય છે આત્મબંધુઓ ! એ તેજ પ્રભાવ છે જે અમારા દિવ્ય આદર્શથી ઉત્પન્ન થાય છે. એ તે જ્યોતિ છે જે નિર્મળ અંતરમ થી નિકળીને અમારા જીવનને પ્રકાશમાન કરે છે. આત્મ જ્યોતિને ઉજ્જવલ કરે છે. પોતાના જીવનોદ્દેશ્યને સફળ કરવામાં શ્રદ્ધા–આસ્થાથી પણ ઘણી સહાયતા મળે છે. મનોવાછિત પદાર્થનું મૂળ શ્રદ્ધા જ છે એમ કહીએ તો કઇ અતિશયોકિત નથી. એમ છતા અમારે શ્રદ્ધા

સુધી જ ન અટકવું જોઇએ, શ્રદ્ધાથી પર પણ કોઇ પદાર્થ છે. વિચાર કરીને જોવાથી માલૂમ થાય છે કે શ્રદ્ધા, આશા, લાલસા આદિ મનોવૃત્તિઓની પાછળ એક અલૌકિક દિવ્ય વસ્તુ,–સત્ય ભરેલું છે જે અમારી આત્મ જયોતિ છે. જે અમારી પ્રકૃત ઇચ્છાઓ ને સુખ પ્રદાન કરે છે. જેનો અમે દ્રઢતાથી વિશ્વાસ કરીએ છીએ તે વસ્તુ અવશ્ય અમને પ્રાપ્ત થાય છે.

જો તમે તમારા આદર્શને જીવનમાં ચરિતાર્થ કરવા ઇચ્છતા હો તો તમે તમારા સંપૂર્ણ વિચાર પ્રવાહને પોતાના જીવનોદ્દેશ્યની તરફ પ્રવાહિત કરો. એક જ લક્ષ્યની તરફ પોતાના મન, વચન, કાયાને લગાવી દેવાથી સંસારમાં મોટી મોટી સફળતા પ્રાપ્ત થાય છે. તમે આ વિચારમાં સંલગ્ન થઇ જાવ કે અમારી સતત ઉન્નતિ થઇ રહી છે અને આત્માના એક એક પરમાણું દિવ્યતા તરફ ગતિ કરી રહયાં છે.

ઘણા મનુષ્યો ધારે છે કે આવા મન કલ્પિત સ્વપ્નો કરવાથી અને તેમાં સંલગ્ન રહેવાથી વાસ્તવમાં અમે કંઇ જ કરી નહિ શકીએ કવલ અમે મનના મનોરથ જ કરતા રહેશુ, પરંતુ એ તેમની ભૂલ છે.

લેખકનો આશય એવો નથી કે તમે કલ્પનાના જગતમાં જ વિચરો. મનના જ લાડુ ખાધા કરો પરંતુ કહેવાની મતલબ એ છે કે કોઈપણ કાર્ય કરતા પહેલા એ કાર્ય કરવાનો દ્રઢ નિશ્ચય કરી લ્યો અને ત્યારબાદ બધી માનસિક શકિતને તે તરફ એકાગ્ર કરો, જેથી તમને ઘણીજ અધિક સફળતા મળશે. મનના વિચારોને મનમાં જ લય કરીને એનું ચિત્ર મનમાં રાખવું અતિ આવશ્યક છે. એ શકિતયો ઘણી જ કાર્યશીલ અને પવિત્ર છે. પ્રભુએ અમને દૈવી કાર્ય કરવા માટે તે આપી છે, એનાથી અમે સત્યની ઝાખી કરી શકીએ છીએ જે સત્યના વિશ્વાસ વડે ખરાબ પરિસ્થિતિમાં પણ અમે સ્થિર રહી શકીએ અને અમારી સમતુલામા ભગ ન પડે.

કેવલ મનોરથો કરવા પણ નિસ્સાર નથી. અમે પહેલા પોતાના મનમાં એને બનાવીએ છીએ, અભિલાષા દ્વારા એને ચિત્રિત કરીએ છીએ, અને ત્યાર પછી બહાર તેનો પાયો નાખીએ છીએ. કારીગર મકાન બનાવતાં પહેલા એનો નકશો પોતાના મનમાં બનાવે છે પહેલાં મનમાં પ્લાન ઘડે છે અને પછી આચરણમાં મુકે છે સુદર અને ભવ્ય ઇમારત બનાવવા માટે પહેલા તે પોતાના માનસિક ક્ષેત્રમાં વિચાર દ્વારા સુંદર અને ભવ્ય ઈમારત ઊભી કરી લે છે .

એજ પ્રમાણે જે કોઇ કામ આપણે, કરીએ છીએ, એનો પ્રથમ વિચાર આપણા મનમા થાય છે, અને પછી વાણી દ્વારા અને ક્રિયા દ્વારા કાર્ય રૂપમા બહાર આવે છે. અમારી કલ્પનાઓ અમારી જીવન રૂપી ઇમારતનુ માનસચિત્ર છે પરંતુ અમે એ કલ્પનાઓને સાકાર રૂપ આપવા માટે જીવન તોડ પ્રયત્ન ન કરીએ તો તે માનસચિત્ર મનસુબા રૂપ જ રહી જશે. જેમ કારીગર મકાનનો નકશો જ મનમા બનાવે પણ એ પ્રમાણે બાહ્ય જગતમા મકાન ન બનાવે તો એની સ્કીમ એ નકશા પૂરતી જ રહેશે.

જે જે મહાન્ આત્માઓ થયા તે સર્વે પ્રથમ ઇચ્છિત કાર્યોના મનો મંદિરમા સ્વપ્નો જન્જોયા કરતા હતા. જેટલી સ્પષ્ટતાથી, જેટલા આગ્રહથી, ઉત્સાહથી એ લોકોએ પોતાના સુખ–સ્વપ્નોની, પોતાના આદર્શની સિદ્ધિ માટે પ્રયત્ન કર્યો, એટલી જ સિદ્ધિ એમને પ્રાપ્ત થઈ છે.

તમે તમારા ઉન્નત આદર્શને એ માટે ન ત્યાગો કે એની પ્રત્યક્ષ રૂપથી સિદ્ધિ થવામાં શંકા લાગતી હોય તમે તમારી બધી શકિતનો પ્રવાહ તમારા આદર્શ તરફ વાળીને એને મજબુતીથી વળગી રહો, તમે એને સદા વિચાર દ્વારા પ્રકાશમય રાખો કદાપિ અંધકારમય કે

ધુંધલો ન થવા દો. સદા આનંદમય આત્મિક સુખની અભિલાષા ઉત્પન્ન કરનાર વાયુ મંડળમાં વાસ કરતા રહો. તેજ પુસ્તક વાંચો જે તમારી અભિલાષાઓને પ્રોત્સાહિત કરે, એવી જ સંગતિ કરો કે જેમણે વિજયના રહસ્યને જાણ્યું હોય. રાતના સુતા પહેલા થોડી વાર શાન્તિપુર્વક બેસીને એકાગ્ર મનથી પોતાના આદર્શનો વિચાર કરો, કલ્પના જગતમાં એની મૂર્તિને જુઓ અને આનંદમા મગ્ન થઈ જાવ તમે પોતાની મનોકલ્પનાના સ્વપ્નોથી ડરો નહિ. જે મનુષ્ય પોતાના આદર્શની સિધ્ધિના સુખમય સ્વપ્નો નથી જોતો એ ઉન્નતિ નથી કરી શકતો અને એનું પતન થઇ જાય છે. આપણને કલ્પના શક્તિ એટલા માટે નથી આપી કે જે વડે આપણામા ડર ઉત્પન્ન કરે. પરંતુ એની પાછળ સત્ય છુપાએલુ છે. તે એક અપૂર્વ બક્ષીસ છે જે દૈવી ખજાનામાંથી દિવ્ય ધન પ્રાપ્ત કરાવે છે અને આપણને સાધારણ માનવની શ્રેણીમાંથી ઉઠાવી અસાધારણ માનવની પંક્તિમા બેસાડે છે.–હીન દશામાંથી કાઢીને દિવ્ય આદર્શો પર સ્થિર કરે છે

અમે પોતાના હૃદયના આનંદમય ભવનમા આદર્શના જે રૂપને જોઇએ છીએ તે અમને અસફળતા તથા આશા ભંગના કારણથી અધીર બનતા અટકાવે છે. અહિંઆ સ્વપ્નોથી મારી મતલબ એ સ્વપ્નોથી નથી જે જલતરંગવત્ ક્ષણિક હોય, મારો આશય એ છે કે એ સાચી અને પ્રકૃત અભિલાષા તથા પવિત્ર આત્મિક આકાક્ષાથી છે જે અમને સદા એ વાતનું સ્મરણ કરાવતી રહે છે કે અમે પોતાનાં જીવનને દિવ્ય અને મહાન્ બનાવીએ, જે અમને સુચવે છે કે અમે ખરાબ પરિસ્થિતિને બદલીને આદર્શનો સાક્ષાત્કાર કરી શકીએ છીએ, જેને અમે કલ્પનાના રાજ્યમા જોઇએ છીએ. પોતાની અંદર આત્મ પ્રભુ બિરાજમાન છે આપણે જો તેના આદેશાનુસાર વર્તીએ તો તે આપણને યોગ્ય રસ્તો અવશ્ય બતાવશે જ માટે જ જ્ઞાની પુરૂષોએ કહ્યુ છે કે તુ પોતે તારી જાતને વફાદાર બન. તું તારા આત્માને કદી બેવફા ન થઇશ.

પરંતુ ઘણા થોડા માણસો આ રહસ્યને જાણે છે આત્મિક સંદેશને જાણીને તે અનુસાર ચાલવું તે શ્રેયનો માર્ગ છે. અને શ્રેયનો માર્ગ વીરલા જ અપનાવે છે. અને બીજાઓ આસુરી તત્ત્વને વશ થઈ પ્રભુના આદેશને સાંભળી શકતા નથી જે માયાદેવીનો આદેશ સાંભળે છે તે પ્રભુના આદેશને સાંભળી શકતા નથી અને જે પ્રભુના આદેશને શ્રવણ કરે છે અને તે અનુસાર વરતે છે તે જ શ્રેયને વરે છે અને તે જ પૂર્ણતાને એકને એક દિવસ પામે છે. દિવ્ય જીવન અને દિવ્ય વિચારોનો સંબંધ પણ દૈવી સંપત્તિ સાથે છે આસુરી સંપત્તિની અહિંઆ વાત નથી આ તો પ્રભુના પથની વાત કે તે ભૂલશો નહિ પૂર્ણતાને પામવાની બધીજ શકિત માનવમાં હયાત છે પરંતુ તે તેને વફાદાર રહે તો તે વિકસે, ફળે, ફુલે અને પૂર્ણ જરૂર બને. પરંતુ અવરોધો માર્ગમાં ઘણા છે તેના પર વિજય પ્રાપ્ત કરે તો પૂર્ણતાને પામે અને જો પ્રલોભનોને વશ થાય તે માનવીય જીવન પથભ્રષ્ટ થાય. પણ ભુલ પોતાની છે કે દિવ્યતાને બદલે અદિવ્યતાને, શ્રેયને બદલે અશ્રેયને, કલ્યાણને, બદલે અકલ્યાણને દિવ્ય, શ્રેય અને કલ્યાણકર માની લીધુ છે. તે ભૂલથી જ પતન થયું છે ભૂલ પોતાની છે. આત્માની જ ભૂલથી (અજ્ઞાનતાથી)જ પૂર્ણતાનો માર્ગ રોકાયેલો છે. પૂર્ણતાજ માનવનો જન્મ સિદ્ધ અધિકાર છે. છતાં માનવી પોતાને શું માની રહ્યો છે, અપૂર્ણતા એ મિથ્યા માન્યતા જ અવરોધકારી છે ભુલ (ભ્રમ) નષ્ટ થયા વિના પૂર્ણતા પ્રાપ્ત થાય નહિ. મને અહિંઆ એક વાત યાદ આવે છે. એક ફોટોગ્રાફને સીતાજીનો ફોટો પાડવો હતો. અચાનક રસ્તે પસાર થતી એક સુંદર સ્ત્રી તેના જોવામાં આવી. તે સ્ત્રી સાધારણ ગરીબ વર્ગની હતી. ફોટોગ્રાફે તેને બૂમ મારી "સીતાબાઇ" તે સ્ત્રી કંઈ સીતાબાઇ ન હતી તેથી ચાલતી જ રહી. તે ભાઇએ પાછળ જઇને તેને પકડી પાડી અને કહે બાંઇ તમો જે માંગશો તે પૈસા આપવામાં આવશે તમો જરા આવો તમારો ફોટો પાડવો છે.

મારી દુકાનમાં થોડીવાર સ્થિર બેસવાનુ રહેશે બોલો છો તૈયાર તે બેન બહુ ગરીબ હતી તેના બાળકો માટે અન્નનો, ભોજનનો પણ અભાવ હતો. તેથી તે બાઇ કબુલ થઈ અને બીજે દિવસે અમુક સમયે આવવાનુ નક્કી કર્યું પૈસા પણ નક્કી કર્યા, બેન ઘણી જ હર્ષિત થઇ કારણ કે પૈસા મળશે તો બાળકો માટે ખાવાની વ્યવસ્થા થશે, યથા સમયે તે બેન બીજે દિવસે આવી. પરંતુ જયારે તેને ખબર પડી કે સીતાજીના ફોટો કરવાનો છે અને તે માટે મારો ફોટો લેવાનો છે ત્યારે તો તે મો વિસ્ફારીને મુગ્ધ થઈ ગઇ અને હાથ જોડીને ફોટોગ્રાફને કહેવા લાગી નારે ભાઇ ભલે મારા બાળકો ભુખે મરે પણ મારે ફોટો પાડવો નથી કયા મહાસતી સીતાજી અને કયાં હું દિન અબળા મને આ પાપમાં ન નાખશો. તેણે પૈસા જતા કર્યા બાળકો ભુખ્યા રહે તે કબુલ કર્યું એના મનમાં એમ કે કયા સીતાજી અને કયાં હું અને મારો ફોટો બને તેને બધા સીતા માને તે કેટલુ પાપ, પરંતુ કહેવાની મતલબ એ છે ક સર્વ જીવાત્માઓ (દેહધારિઓ) પરમાત્મા સમાન પૂર્ણ હોવા છતા આ બેનની જેમ પોતાને દીન, હીન, અને પામર માની રહ્યા છે. તેને સદ્ગુરૂ કહે છે તુ. તો પ્રભુ સમાન છો ત્યારે ને હીન પ્રાણી કહે છે પ્રભો મને પાપમાં ન નાખશો. કયાં પરમાત્મા અને કયા હું પામર પ્રાણી, તેને પોતાના પામરપણાનો જે અધ્યાસ થયો છે તે જ ભૂલથી તે અપૂર્ણ છે. આ ભૂલ આ મિથ્યા વિશ્વાસ તેને તોડવાનો, નાશ કરવાનો જે વિચાર દ્વારા પ્રયત્ન કરવાનો છે તેવા વિચારોને દિવ્ય વિચારો કહેવામા આવે છે. અને તે દિવ્યતાના, પૂર્ણતાના વિચારો સ્થિર મનથી કરવામાં આવે તો વિશ્વાસ બદલાય, ભૂલ ભાગે ને જીવાત્મા પૂર્ણ પરમાત્મા બને એમા કંઈ સંદેહને સ્થાન જ નથી

પ્રકરણ ૭ મું

સુખ અને સફળતા

આગલા પ્રકરણમા બતાવ્યું તે પ્રમાણે માનવી પોતાની આત્મક વિસ્મૃતિને લઇને પોતાને માટે વ્યાધિ, દરિદ્રતા અને દુર્દૈવના જ વિચારો કરતો રહે છે જેમકે હુ રોગી છુ, દરિદ્રી છું, મારૂં ભાગ્ય સારૂં નથી, વગેરે વિચારોને કરતો રહે તો તે તેવો જ બને એ તો સ્વાભાવિક જ નિયમ છે. છતા પણ તેનો અંતરાત્મા સદા તેને તેનાથી છુટવાની જ પ્રેરણા કરતો રહે છે. તે પોતે પણ પોતાના વિચારોથી ઉત્પન્ન કરેલ એ પરિવારથી ગભરાઈ જાય છે અને કહે છે દુર્ભાગ્ય વશ આ બલાઓ મારી પાસે કયાથી આવી.

"દરિદ્રતા તો સાક્ષાત્ નરક સમાન જ છે." કાર્લાઈલ–કોઇ મનુષ્યનો એ અધિકાર નથી, હક્ક નથી કે તે લાચારીની, દરિદ્રતાની, નિર્ધનતાની, અજ્ઞાનતાની અવસ્થામા પડયો રહે, જેમા તે વસી રહયો છે. એનો આત્મ સ્વભાવ કહે છે કે તે એ પરિસ્થિતિમાંથી એકદમ બહાર નિકળી આવે. એનો ધર્મ છે, કર્તવ્ય છે, ફરજ છે કે તે પોતાને એવી સ્થિતિમા રાખે જે આત્મ સન્માનપૂર્ણ હોય, જે સ્વતંત્રતાની મધુર સુગંધથી સુવાસિત હોય,

જેમા રહીને તે માંદગી તથા સંકટોના સમયે પોતાના મિત્રોને ભારરૂપ ન બને, જે લોકો એના ઉપર આશ્રિત હોય એને કોઈ પ્રકારે તે કષ્ટ રૂપ ન બને

ડોકટર ઓરિસન સ્વિટ માર્ડન મહોદય કહે છે કે જો તમે અમેરિકાના કોઇ ધનિકને પુછશો તો તે કહેશે કે–"તે દિવસ મારા માટે સર્વથી વધારે સંતોષપૂર્ણ તથા આનંદમય હતો જ્યારે હુ દરિદ્રતાના

પંજામાથી નિકળીને સમૃદ્ધિના આનંદ-ભવનમા પ્રવેશ કરી રહયેા હતેા, જ્યારે હું અપૂર્ણતા અને લાચારીથી નિકળીને પૂર્ણતાના દ્વારમા પ્રવેશ કરી રહયેા હતેા. જ્યારે મને એમ લાગતુ હતુ કે દીનતાથી નિકળીને સમૃધ્ધિના વિશાળ પ્રવાહ તરફ હુ જઇ રહ્યો છું, અને એ માર્ગમા બાધા કરનાર કેાઇ નથી.” તે ગદ્‌ગદ્‌ હૃદયથી કહેશે. “તે સમય મારા માટે ઘણેા સુખપ્રદ, ઘણેા આનંદપ્રદ, ઘણેા સંતેાપ અને પ્રેાત્સાહ આપનાર હતેા. એ સમયે મને એમ લાગવા માડયુ હતું કે મારેા આત્મવિકાસ થઇ રહયેા છે. એ સમયે હુ વિચારી રહયેા હતેા કે હવે દિવ્યાનંદની સાથે મનેાહર વન પ્રદેશેામાં ઘૂમીને પ્રકૃતિ દેવીના સ્વભાવિક સૌંદર્યથી પેાતાના હૃદયને પ્રફુલ્લિત કરી શકીશ અને એની મનેાહર છટા દેખીને એકદમ આનંદના મધુર સમુદ્રમાં નિમગ્ન થઇ જઇશ અને મારા મિત્રેાને દરિદ્રતાના દુ ખમય પંજામાથી મુકત કરીને ઉન્નત બતાવીશ.”

સાચી વાત છે કે, એવા મનુષ્યેાને જણાય છે કે મારામાં ઉન્નત બનવાની શકિત છે. મારામા તે આત્મિક શકિત છે કે જે વડે સંસારમાં પેાતાનું મહત્ત્વ સિદ્ધ કરી શકું છું તેનેા આત્મ વિશ્વાસ દૃઢ થવાથી તે સંકુચિતતાના ખાબેાચીયાથી બહાર ઉદારતાના વિશાળ મેદાનમાં તે આવી જાય છે. આ વાતના સેંકડેા પ્રમાણુ છે કે અમારેા જન્મ દિવ્ય અને મહાન્ બનવા માટે જ થયેા છે, ન કે દરિદ્રતાના પંજામાં ફસવા માટે. અભાવ અને દરિદ્રતા મનુષ્યની દૈવી–પ્રકૃતિને અનુકુલ નથી. પરંતુ મુશિબત એ વાતની છે કે અમને અમારા એ દૈવી ખજાના પર થેાડેા વિશ્વાસ પણ નથી. અમારામા સાહસ નથી કે પેાતાની દૈવી ક્ષુધાને તૃપ્ત કરવા માટે પેાતાની આત્મિક ઇચ્છાને મુકત હૃદયથી પ્રકાશીત કરીએ અને નિશંકતાથી તે પૂર્ણતાની યાચના કરીએ જેના પર અમારેા સ્વભાવિક અધિકાર છે. અમે ક્ષુદ્ર વસ્તુઓની જ આકાક્ષા કરીએ છીએ અને એને જ પ્રાપ્ત કરી સંતેાપ માનીએ છીએ. આ રીતે અમે

પોતાની ઇચ્છાઓને છિન્ન-ભિન્ન કરી નાખીએ છીએ અને એ દૈવી ભંડારને સંકુચિત કરી દઇએ છીએ જે અમારા માટે જ સાચવી રાખવામાં આવેલો છે.

પોતાના આત્મિક ગુણોના વિકાસની ભાવના ન કરવાથી અમે પોતાના મનો-મંદિરના એ દ્વારને બંધ કરી દઇએ છીએ કે જે જે મહાન્, દિવ્ય અને ઉપયોગી વસ્તુઓ પ્રાપ્ત કરવાનું પ્રવેશ દ્વાર છે. એથી અમારૂં માનસ ક્ષેત્ર એટલું બધુ સંકુચિત થઇ જાય છે કે, જેથી અમારો આત્મવિશ્વાસ દબાઇ જાય છે અને અમને ક્ષુદ્રતા તથા સંકીર્ણતા સિવાય કંઇ જ દેખાતું નથી.

જ્યારે અમે એ અનંત પ્રભુની સાથે એકતાનો સંબંધ જોડીએ છીએ, ત્યારે પોતાની આત્માને સંસ્કૃત કરવા માંડીએ છીએ, જયારે અમે અપ્રમાણિકતા, સ્વાર્થ અને અપવિત્રતાના વિકારી ભાવોને પોતાના હૃદયમાંથી બહાર કાઢી નાખીએ છીએ, ત્યારે અમને નિર્દોષ પરમાત્માના દર્શન થાય છે. અને આત્મવિશ્વાસ સહિત પવિત્રતાના ઉપાસક બનીએ છીએ. તેજ મનુષ્ય પરમાત્માના દર્શન કરી શકે છે, જેનુ અંતઃકરણ નિર્મલ અને પવિત્ર હોય છે.

પોતાના ભાઇ-બહેનોથી સ્વાર્થપૂર્ણ અને કુત્સિત લાભ લેવાના વિચારો જયારે અમારા આત્મામાંથી નિકળી જશે ત્યારે અમે ઇશ્વરની નિકટ પહોચી જશું કે જ્યારે વિશ્વની તમામ સારી અને શ્રેષ્ઠ વસ્તુઓ પોતાની મેળે અમને આવીને મળશે, પરંતુ મુશ્કેલી એ વાતની છે કે અમે પોતાના કુવિચારો અને કુકૃત્યો દ્વારા એ દૈવી-પ્રવાહના માર્ગમાં બાધા નાંખીએ છીએ અને એ પ્રવાહ આત્મામાં પ્રવેશ કરી શકતો નથી કોઇ પણ ખરાબ કાર્ય જ્ઞાનચક્ષુને આવરીત કરે છે જેથી અમે ઇશ્વરને દેખી શકતા નથી એની મહાનતાને સમજી શકતા નથી અમારા

સ્વાર્થી વિચારોની દિવાલ અમારા અને ઇશ્વર વચ્ચે ઉભી થવાથી અમે તેનાથી જુદાઇનો જ અનુભવ કરતા રહીએ છીએ. પોતાની મહાનતાને ભૂલીને કોઇ દિવસ એમ ન વિચારશો કે અમારી પાસે અમુક વસ્તુ નથી અમે અમુક કામ નહિ કરી શકીએ એવા વિચારો કરવાથી તમારૂં ભવિષ્ય અંધકારમય બનશે. જ્યાં સુધી તમે દુર્ભાગ્યના જ વિચારોમાં ડુબેલા રહેશો. ત્યાં સુધી તમારામા રહેલ આત્મશક્તિ અવિકસીત જ રહેશે અને તે પોતાના ઇચ્છિત પદાર્થોને આકર્ષિત કરવામાં અસમર્થ રહેશે. ને મુશ્કેલીઓને દૂર કરવા માટે કઇ ઉપયોગી નહિ બને. દરિદ્રતાના ભાવને મનમાં રાખીને આપણે સમૃદ્ધિશાળી કેવી રીતે બની શકીએ કારણ કે દુર્ભાવનાને લીધે જે વસ્તુની આપણે ઇચ્છા કરીએ છીએ ને એક પગલુ પણ આપણી તરફ નથી આવતી. પ્રયત્ન કરવો એક વસ્તુ માટે અને આશા રાખવી બીજી વસ્તુની એ વાત ઘણીજ ખેદ જનક છે. મનુષ્ય સમૃદ્ધિની ગમે તેટલી ઇચ્છા કરે પણ દુર્ભાગ્યના વિચારો સમૃદ્ધિ આવવાના દરવાજાને બંધ કરી દે છે. સૌભાગ્ય અને સમૃદ્ધિ દરિદ્રતા અથવા નિરૂત્સાહના વિચારોના પ્રવાહ દ્વારા આવી શકતા નથી, એને પહેલા માનસ ક્ષેત્રમાં ઉત્પન્ન કરવા જોઇએ. જો આપણે સમૃદ્ધિ શાળી બનવું હોય તો પહેલા પોતાના વિચારોને એને અનુકુળ બનાવી દેવા જોઇએ. સંકુચીતતા, સીમાબંધન અમારામાં છે પરમાત્મામાં નથી. કુદરતમાં કંઇ જ ત્રુટી, અપૂર્ણતા નથી. કુદરતનો અખૂટ ખજાનો ભર્યો પડયો છે, અને માનવ પોતાની શક્તિ અનુસાર તેમાથી ગ્રહણ કરી શકે છે કે જે તેને અનુકુળ રહીને કાર્ય કરે છે. કુદરતને અનુકૂળ થવું એટલે પોતાના બધા જ સ્વાર્થી વિચારોને દૂર કરી અંતરને શુદ્ધ કરવુ. ત્યારે જ માનવ સાચા આનંદનો ઉપભોગ કરવાને સમર્થ બની શકે છે. તમે અપૂર્ણ કે દીનહીન છો જ નહિ પણ તમારા સ્વાર્થી વિચારોએ જ તમોને તેવા બનાવી દિધા છે. આત્મા તો પરમાત્મા સમાન પુર્ણ, સમૃદ્ધ, શકિતશાળી અને જગતનો નાથ છે. પરંતુ

આત્મભાવને ભૂલી ભ્રમથી જીવાત્મા પોતાને ક્ષુદ્ર, પામર, દીન, હીન માનવા લાગ્યો ત્યારથી તેણે સુખ, આનંદ, અને પોતાની પૂર્ણતાને ગુમાવી દિધી છે. પૂર્ણતામાં અપૂર્ણતા કેમ સંભવે? ન જ સંભવે પરંતુ જ્યાં સુધી તેનામાં આત્મવિશ્વાસ ન પ્રગટે અને દેહ ઇન્દ્રિયો વડે જ પોતાને ક્ષુદ્ર માનતો રહે ત્યાં સુધી તે સુખ, સમૃદ્ધિને કેવી રીતે પ્રાપ્ત કરી શકે? આ પોતાના દોષ વડે જ તે દુઃખી, દુઃખી થઈ રહ્યો છે. પોતાની આંખો પર હાથ રાખીને બૂમો મારે કે અંધારૂં છે તો પ્રકાશને તે જોવા પામે ખરો? નહિ જ. પણ જો તે હાથને દૂર કરે તો પ્રકાશતો ચારે તરફ ફેલાયેલો જ છે. તેમજ પડદારૂપ આ અજ્ઞાન જન્ય વિચારો, સ્વાર્થી વિચારો સંકુચિત વિચારોએ જ્ઞાનચક્ષુ પર પડદો નાંખેલો છે જેથી સત્યને જોઇ શકાતુ નથી, દેખી શકાતું નથી. તે પડદો તે અજ્ઞાન અંધકારનો ગાઢ પ્રગાઢ પડદો છે તેને પ્રથમ શુધ્ધ વિચારો દ્વારા દૂર કરવાની જરૂરત છે. જેમકે એક કુટુંબમા સાયંકાળ થતા ઘરના બધા જ માનવ એકત્ર થઇને બેસતા અને અંધકારના અવગુણ બોલતા કે ભગવાનમા શું બુધ્ધિ નહિ હોય કે આવા અંધકારની રચના કરી છે. ત્યારે વળી બીજો માનવ બોલતો આ અંધકારથી તો ત્રાસી ગયા ભગવાને અમારી સાથે ઘણોજ અત્યાચાર કર્યો છે. આમ જેને જે ગમતું તે બધા જ પરિવારના લોકો બોલતા હતા. એ ક્રમ વર્ષો સુધી ચાલુ રહયો પણ એ પરિવારના લોકોને અંધકારથી બચવાનો કોઇ જ ઉપાય મળ્યો નહિ. એમ કરતા કરતા તેના મોટા પુત્રનો વિવાહ થયો અને નવી વહુ આવી તે ઘરમાં અને તેના પરિવારમાં એક માણસ વધ્યુ પણ આ નાની વૃધ્ધિ પણ ઘણી મોટી બની કારણ વહુ જ્ઞાનવાન હતી પહેલા દિવસની સાંજે એના પતિએ કહ્યુ– ઘરમા એટલો અંધકાર છે પ્રિયે! તમારૂં સ્વાગત કેવી રીતે કરું આ દુષ્ટ અંધકારને ભગવાન ન બનાવત તો એનું શું બગડી જવાનુ હતું.

પતિના અજ્ઞાનપૂર્ણ વિચાર પર પત્નિ મનમાં હસી. એણે કહ્યુ "પ્રાણનાથ અંધકાર કોઇ સ્વતંત્ર સત્તા નથી, પ્રકાશના અભાવને જ અંધકાર કહે છે" એનો પતિ તો અજ્ઞાની જ હતો તે તો આ શબ્દનો કંઈ અર્થ ન સમજયો ત્યારબાદ વહુ એક દીપક લાવી તેમાં તેલ ભર્યું. પછી રૂ લાવી તેની વાટ કરી અને દીપકમાં નાંખી અને દીવાસળી બાકસ ઉપર ઘસીને દીપક પ્રગટાવ્યો. વર્ષોથી ઘેરાયેલ ઘરનો પ્રગાઢ અંધકાર ક્ષણભરમાં વિલીન થઇ ગયો અને ચારે તરફ પ્રકાશ છવાઇ ગયો. ઘરના બધા જ લોકો હર્ષિત થઇ ગયા. વહુની ઘણી ઘણી પ્રશંસા કરી તેની આરતી ઉતારી તેનું સ્વાગત કર્યું. કહેવાની મતલબ એ છે કે ઉપરના દ્રષ્ટાંતની માફક જ જીવાત્મા પોતાના વિચારો, કાર્યો વડે અજ્ઞાન અંધકારમા આચ્છાદિત થઇને સ્વાર્થી વિચારોમાં સંલગ્ન રહે અને સુખી થવાના મનોરથ કરે અને સુખી ન થાંય અને દોષ ભગવાનનો કાઢે કે ભગવાને જ મને દુઃખી કર્યો તો તે તેનુ અજ્ઞાન છે, ભૂલ જ છે. પ્રભુ કોઇને સુખી કે દુ.ખી કરે જ નહિં. કુદરતને ત્યાં અન્યાય છે જ નહિ. માનવી બુદ્ધિમાં જ તે બધુ રહેલું છે. તે જયાં સુધી અજ્ઞાન અંધકારને દૂર કરે નહિ અને વિચારો સુધારે નહિ ત્યા સુધી જે સુખ આત્મામાં ભરેલું છે ને પ્રાપ્ત થાય નહિ, તે માટે તો તેણે સ્વાર્થી વિચારોને જ દૂર કરવા જોઇએ જે તેણે પોતાના મનોમંદિરમાં અનંત કાળથી કાળા વાદળા રૂપે ભરી રાખેલા છે. વાસનાઓના જાળાને દૂર કરવા જ જોઇએ. નો પછી વહુએ જેમ દીપક દ્વારા પ્રકાશ કર્યો તેમ તે આત્મ જયોતિ પ્રકાશીત થાય અને અજ્ઞાન અંધકાર દૂર થાય. વસ્તુ તો પ્રાપ્ત જ છે પણ તેને પ્રગટ કરવાનો પ્રયત્ન કરવાનો છે. જો કે માનવ માત્ર સુખ માટે જ રાત દિવસ પ્રયત્નશીલ છે પરંતુ તે માર્ગ ભૂલેલો છે. જયાં સુખ નથી ત્યાં સુખને ગોતે છે અને જ્યાં છે ત્યાં શોધતા જ નથી. દિશા ભૂલી જનાર પંથી શું ઇચ્છેલ સ્થળે પહોંચે ખરો? તેમજ માનવનું જાણવું. તેની

શોધ ઉન્માર્ગગામી છે. સન્માર્ગગામી થાય તો જ ઇચ્છિત પ્રાપ્ત કરી શકે. એક વૃદ્ધ માતાજી સડકપર કંઇક શોધી રહી હતી તે જ રસ્તેથી પસાર થતા એક સજ્જન પુરૂષે તેમને પુછ્યું માજી શુ શોધો છો ? માજી કહે ભાઇ, સોય પડી ગઇ છે તેને શોધું છું. કયા પડી છે તે સજ્જને પુછ્યુ. ભાઇ સોય તો ઘરમાં જ ગૂમ થઈ છે, ત્યારે અહિંઆ કેમ શોધો છો? અહિંઆ લાઇટનો પ્રકાશ છે માટે, શુ આ માજીની સોય ત્રણ કાળમાં પણ સડક પર શોધતા મળે ખરી ? ન જ મળે. તેમ જ માનવો જ્યા સુખ છે ત્યાં તેને ન શોધતા બીજે જ સુખને શોધી રહ્યા છે આ દોષને નષ્ટ કરે તો જ સુખ મળે આત્મા જ સુખનો ભંડાર છે, નિધિ છે, તેજ પૂર્ણ છે, છતાં રાત દિવસ અમે દુ:ખી છીએ, અમે અપૂર્ણ છીએ, અમે રોગી છીએ, મરણશીલ છીએ, આવા આત્મગુણ ઘાતક વિચારો કરવાથી સુખ કે સફળતાં કેવી રીતે મળે? માનવ જાતીમાં આ જ મોટો રોગ છેકે તેને આત્મ વિશ્વાસ નથી પોતાના દૈવી ખજાના પર વિશ્વાસ નથી, અને એજ વિશ્વાસના અભાવથી આપણને ઇચ્છા કરવા છતાં ઇચ્છિત વસ્તુઓ પ્રાપ્ત થતી નથી, અને નહિ ઇચ્છેલ વસ્તુઓ પ્રાપ્ત થાય છે

ગરીબી અમારો માનસિક રોગ છે. અને તે ગરીબી પછી ધન સંબધી હોય, કે કોઇ બીજા પ્રકારની, પણ તે એકજાતનો માનાસક રોગ જ છે. જો તમે તે રોગથી પીડિત હો, તે રોગના શિકાર બન્યા હો તો તમારા માનસિક ભાવોને બદ્લી નાંખો, દુ:ખ, દરિદ્રતા, લાચારીના વિચારો કરવાને બદલે સુખ–સમૃધ્ધિ, ઐશ્વર્ય, સ્વાધિનતા, તથા આનંદના વિચારોથી પોતાના માનસ-ક્ષેત્રને પ્રકાશીત કરો. તમે જોશો કે તમારી ઉન્નતિ અને સુધાર કેટલો ઝડપથી થઇ રહ્યો છે. આપણને વિજય અને સફળતા પૂર્ણતયા મનની વૈજ્ઞાનિક ક્રિયા દ્વારા જ પ્રાપ્ત થાય છે. જે મનુષ્ય સમૃધ્ધિશાળી 'બને છે. એનો સંપુર્ણત એ વિશ્વાસ હોય છે કે હુ સમૃદ્ધિશાળી અથવા સૌભાગ્યશાળી બની રહયો છુ તેને ધન પ્રાપ્ત

કરવાની પોતાની યોગ્યતામાં પુરો વિશ્વાસ હોય છે. તે પોતાના વ્યવસાયને સંદેહયુક્ત અથવા શંકાશીલ મનથી શરૂં કરતો નથી. તે પોતાનો સમય ગરીબીની વાતો તથા વિચારો કરવામાં વ્યર્થ ગુમાવતો નથી. તે પોતાની રહેણી કરણી ગરીબો જેવી રાખતો નથી. તે તો પૂર્ણ શક્તિથી પોતાના કાર્યમાં સંલગ્ન રહે છે. એને એવો વિશ્વાસ હોય છે કે હું અવશ્ય મારા કાર્યમાં સફળતા પ્રાપ્ત કરીશ. એવો વિશ્વાસુ જ વિજયને વરે છે.

હિંદુસ્તાનમાં એવા હજારો ગરીબ લોકો છે જેઓ પોતાની ગરીબાથી અર્ધ સંતુષ્ટ છે અને જેમણે ગરીબીના વિકરાળ પંજામાંથી મુક્ત થવાનો પ્રયત્ન જ ત્યાગી દીધો છે. તેઓ એટલા નિરાશ થઇ ગયા છે કે ઇચ્છા કરે તો પણ તેઓ ઇષ્ટને પ્રાપ્ત કરી શકે નહિ કેટલાક મનુષ્યો તો ખોટા ભયથી જ નિર્ધન બની જાય છે. જોવામા આવે છે કે ઘણા બાળકોના મનમાં ગરીબીના વિચાર ભરી દેવામાં આવે છે. સવારથી સાંજ સુધી ગરીબો ગરીબાની જ વાતો સાંભળતા રહે છે. જયાં દ્રષ્ટિ નાંખે ત્યા દરિદ્રતાનું જ દ્રશ્ય તેને દેખાય છે. તે પ્રત્યેક મનુષ્યના મુખથી એવા જ આત્મઘાતક વિચારો શ્રવણ કરે છે. મતલબ એ છે કે એમને ચારે તરફથી દરિદ્રતાની પ્રેરણા મળતી રહે છે એ વાતમાં શું આશ્ચર્ય છે કે જે બાળકો એ પ્રકારના વાતાવરણમાં નાના-મોટા થાય છે તે પોતાના મા–બાપની દીનતાપૂર્ણ સ્થિતિને ફરીથી તાજી કરે છે.

તમારી આસપાસનું કંઇ પણ દ્રશ્ય ભયંજનક હોય તમારી પરિસ્થિતિ વિકટ હોય તેની કંઇ પણ પરવા ન કરો. એ વસ્તુથી તમે પ્રયત્ન પુર્વક મનને હટાવી લ્યો જે તમને અહિતકર હોય, એ પરિસ્થિતિ થી તમે તમારૂં દ્દષ્ટિકોણ ફેરવી લ્યો જે તમોને ગુલામ બનાવતી હોય અને તમારા વિકાસમા બાધક હોય.

દુઃખ, દરિદ્રતાના વિચાર રાખીને કઇ રીતે તમે સમૃદ્ધિ શાળી બનવા ધારો છો? તમારી દશા તમારા માનસિક ભાવો-આદર્શને અનુકૂળ જ રહેશે તે દરિદ્રતાના વિચારોમાં જ સંલગ્ન હશે તો તમારી દશા પણ તેવી જ થશે ધારો કે એક યુવાન છોકરો જે વકીલાતનો અભ્યાસ કરે છે પરંતુ તેના મનમાં શંકા છે કે હું કદાચ સફળ નહિ થાઉં તો? જરૂર તે અસફળ થશે જ. અમે તેજ પ્રાપ્ત કરી શકીએ છીએ જેની અમે આશા, વિશ્વાસ કરીએ છીએ. જો અમે કોઇ વસ્તુની આશા ન કરીએ તો અમને કંઇ જ નહિ મળે નદી પોતાના ઉદ્દગમ સ્થાનથી વધારે ઊંચી નથી જઇ શકતી જે મનુષ્ય ગરીબ બનવાની પુરી અથવા અર્ધી અપેક્ષા રાખે છે તે ધનવાન કોઇ દિવસ બની શકતો નથી. એ માટે પ્રત્યેક મનુષ્યે પોતાના આત્મસુર્ય તરફ મુખ કરીને વિચારવું જોઇએ કે સૌભાગ્ય, સુખ, સફળતા એ પ્રત્યેક માનવનું સ્થાયી સ્વત્વ છે.

ગરીબ મનુષ્ય તે નથી જેની પાસે થોડું ધન છે અગર બીલકુલ નથી પરંતુ ગરીબ તે છે જે પોતાના આત્માને ભૂલી રાત દિવસ દરિદ્રતાના વિચારોમાં લીન રહે છે, જેની ભાવનામાં દરિદ્રતા ઝલકે છે, જેના વિચારોમાં દરિદ્રતાની છાયા દેખાય છે જે ગુણ ગ્રહણ કરવામાં કંજુસ છે, તે આત્મ પતનનો અપરાધ કરે છે માનસિક દરિદ્રતા અર્થ-હીનતા સમાન જ છે જે અમને વાસ્તવમાં નિર્ધન બનાવે છે.

ઘણા થોડા માણસો આ વાતને જાણે છે કે મનના સાહસ પૂર્ણ વિચારોમાં કેટલી ગજબની શકિત રહેલી છે. દૃશ્ય સંસારમાં પ્રગટ થવા પહેલાં દરેક વસ્તુ માનસ સંસારમાં ઉદ્દભૂત થાય છે જો અમે કોઇ પદાર્થને માનસિક સૃષ્ટિમાં સારી રીતે નિર્માણ કરી શકીએ તો દૃશ્ય સૃષ્ટિમાં પણ એને સારી રીતે પ્રત્યક્ષ કરી શકીએ

સમૃદ્ધિના સાચા નિયમોનું વિજ્ઞાન પ્રાપ્ત કરીને ત્યાર બાદ તેનું પાલન કરવાથી જે પ્રત્યક્ષ લાભ થાય છે તેવો કંજુસ બનીને એક એક પૈસો ભેગો કરવાથી થતો નથી. કંજુસપણાથી અમારી આત્મા મલીન, સંકીર્ણ, તથા અનુદાર બની જાય છે. જે આપણે મનને દુઃખ, દરિદ્રતા, લાચારી, પરાધીનતા વિચારોમાં સંલગ્ન કરશુ તો અમને તેવી જ દશા પ્રાપ્ત થશે.

સૌભાગ્ય અને સમૃદ્ધિનો અર્થ એવો છે કે જે અમારા આત્માને ઉજ્જવળ કરે, પ્રકાશમાન કરે, એવા સદગુણો અમોને વિપુલતાથી પ્રાપ્ત થાય. ધન સંપત્તિ મળવા છતાં આત્મિક ગુણોના અભાવમાં અમો ખરી રીતે સૌભાગ્યશાળી બની શકતા નથી. સાચો વૈભવ. સાચી સંપત્તિ આત્મિક ગુણો જ છે અને અહિંઆ તેને ઉદ્દેશીને જ લખેલ છે. ફકત ધનથી કોઇ સુખી થઇ શકતું નથી. આત્મિક ગુણો પ્રાપ્ત થવાથી જ સુખ અને શાન્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. સાચું સૌભાગ્ય, સાચી સમૃદ્ધિ તો આત્મિક વૈભવ, આત્મિક પૂર્ણતાનુ આંતરિક જ્ઞાન છે.

પ્રકરણ ૮ મું

આત્મ વિશ્વાસ

જીવન સંગ્રામમા મનુષ્ય ત્યાં સુધી સફળતા પ્રાપ્ત નથી કરી શકતો જ્યાં સુધી એના મનમાં એ વિશ્વાસ નથી હોતો કે હુ જેને માટે પ્રયત્ન કરી રહ્યો છું તે મને અવશ્ય પ્રાપ્ત થશે અગર હું તે પ્રાપ્ત કરી રહ્યો છુ તે મનુષ્ય કેવી રીતે વિદ્યા પ્રાપ્ત કરી શકે જેના મનમા નિરાશાના ભાવ ભર્યા છે. જે હંમેશા વિચારતો રહે છે કે હુ ઘણો અભ્યાસ કરૂ પણ હું કેવો નિ.સહાય નિરાધાર છું પ્રભુ મારે સાનુકુળ નથી "હાય મારી પાસે પૈસા પણ નથી આવી પરિસ્થિતિને કારણે હુ લાચાર થઇ રહ્યો છુ એ કારણથી અભ્યાસના દ્વાર મારા

માટે બંધ થઇ ગયા છે.' તે યુવક કેવી રીતે ઉંચા પદ પર પહોંચી શકે જેનો ખ્યાલ જ એવો છે કે હું તેને યોગ્ય નથી. જ્યાં સુધી માનવનો વિશ્વાસ એવો હોય કે હું પાપી છું, દીન છું, પામર છુ ત્યા સુધી તે પામર, દીન, અને પાપી જ રહેવાનો. જે માનવ જેવું ધારે છે, માને છે તેવો જ તે બને છે. એકવાર પોતાના આત્મા તરફ દૃષ્ટિ કરીને જુઓ તો ખરા કે તમારો આત્મા કેવો છે, જે અનંતશકિતવત છે, ભગવાન સમાન છે તેને જ અમે દીન દુર્બળ, પરાધીન માનીએ છીએ જ્યાં સુધી તે તેવો જ પોતાને માને અને પોતાની દૃષ્ટિને ન બદલે, પોતાના વિચારોને ન બદલે ત્યા સુધી તેને કોઇ પામરતાથી, દીનતાથી, નિર્બળતાથી મુકત કરી શકે જ નહિ. અરે કોડો મહાવીર અવતાર લે તો પણ તેને પામરતા વગેરેથી મુકત ન જ કરી શકે માનવનો ઉલટો વિશ્વાસ જ માનવના સમગ્ર દુઃખોનો જનેતા છે જ્યા સુધી આત્મ વિશ્વાસ અતરમા ન પ્રગટે ત્યા સુધી માનવ કોડોપતિ બને, રાજાધિરાજ બને કે સ્વર્ગનો દેવ બને તો પણ તે સુખી ન જ થઇ શકે કેમકે તેનો મિથ્યા વિશ્વાસ છે કે હુ પામર છુ, પરાધીન છુ અને પરાધીનતા જ બધન અને દુખ છે તેથી જ્ઞાની પુરૂષો કહે છે કે તારી જાતને વફાદાર બન તારા આત્માને તું ન ઠગ આત્મ ઠગાઇ જ આત્મ હનન છે. તુ તારામા વિશ્વાસ કર તુ પાપી નથી તુ તો મહાન આત્મા છો તું પૂર્ણ છો. પણ માનવ પોતાના એ જન્મસિદ્ધ હકક પર અધિકાર કરતા ભય કરે છે. અરેરે હું તે એવો કયાથી ? હું તો પાપી છુ, પામર છુ આ પામરપણાનો, પાપીપણાનો વિશ્વાસ અંતરના ઉંડાણમા એવો ગાઢો બેસી ગયો છે કે તેને જ્ઞાની પુરૂષો લાખોવાર કહે છે ભાઇ, તું તેવો નથી, જરા અંતરમા દૃષ્ટિ કરીને જો તો ખરો. પરતુ અંતરના ઉંડાણમા અંતરની ગુફામા જતા જ માનવી મન ભયભીત થાય છે. હે પ્રિય આત્માઓ, ભય માત્ર કલ્પના જન્ય છે. એ ભયના ભૂતને દૂર ભગાવી દિયો

અને આજથી અત્યારથી કેવલ જ્ઞાનીના વચનમા વિશ્વાસ કરીને ફક્ત પાંચ મિનિટ માટે પણ આત્મભાવનામાં લીન થાઓ, અને ભાવના ભાવોકે શિવોઽહમ્ કલ્યાણકરં સુખકરં દુઃખહર. તમે પાચ મિનિટ આ ભાવમાં લીન થઇને તમારા આત્મિક આનંદને તો અનુભવો, તમને અપૂર્વ આનદનો અનુભવ થશે અને તમારું પામરપણું ત્યારથીજ દૂર થવા માડશે, તમારો મિથ્યા વિશ્વાસ દૂર થવા માડશે તમારી દૃષ્ટિ શુદ્ધ થવા લાગશે અને એક દિવસ અભ્યાસને અતે તમારુ પામરપણુ જે મિથ્યા હતુ તે હમેશને માટે નાબુદ થઇ જશે. આ સુવર્ણ અવસરે તમારા મિથ્યા કલ્પના-જન્ય વિચારોને બદલવાની ઘણી જરૂર છે. અનાદિ કાલીન મિથ્યા વિશ્વાસને દૂર કરવાનો પ્રયત્ન કરવાની જરૂર છે. અને તે પ્રયત્ન માત્ર માનવ જીવનમાજ થઇ શકે તેમ છે. નરકના જીવો દુઃખના અતિરેકથી વિકાસ સાધવાને અસમર્થ છે. દેવલોકના દેવો સુખના અતિરેકથી વિકાસ સાધી શકવાને સમર્થ નથી. પશુપક્ષિઓ બિચારા કેટલા પરાધીન છે તે બોલી પણ શકતા નથી તો ત્યાં તે શું વિકાસ કરી શકે તે વાચક સ્વયં વિચાર કરી જુએ. જ્યારે માનવ ભવ જ એવો છે કે જ્યાં મનન, ચિતન કરીને વિકાસ સાધવાને અવકાશ છે. માનવોમાં પણ કેટલાક કહેવાતા માનવો પશુ તુલ્ય જીવન વિતાવી રહ્યા છે, તો હે પ્રિય વાચક, સત્વર આત્મ ચિતન દ્વારા, આત્મિક વિચાર દ્વારા તારા આત્મવિશ્વાસને તેજસ્વી બનાવ અને બધા જ કુવિચારોને, કુસસ્કારેને મનોભૂમિ-માથી દૂર કરવા સતત પ્રયત્નશીલ બન, તો તારો આતર વૈભવ તને પ્રાપ્ત થશે વૈભવ પ્રાપ્ત કરવાનો નથી તે તો પ્રાપ્ત જ છે પણ ભૂલાયેલ છે, અપ્રગટ છે, તેને પ્રગટ કરવાનો છે. જેમ ભૂમીમા સુવર્ણ હોય તેના પરથી માટીને દૂર કરતા તે પ્રાપ્ત થાય. તેમ જ મનોભૂમીમાં રહેલ માટી સમ કુવિચારો, કુસસ્કારોનુ આવરણુ દૂર કરવાથી આત્મ વૈભવ તને સાપડશે માટે પ્રમાદ છોડીને, કાયરતા પરીહરીને, સત્વર આત્મનિધિને પ્રાપ્ત કરવા

ઉદ્યમશીલ બન. આજથી અત્યારથી જ એમ વિચાર કે હું આત્મા છું, મારી અનંત શકિત છે, હું પાપી નથી, પામર નથી, આમ વિચારોની દિશાને બદલવાથી સંસાર સમુદ્રમા ગોથા ખાતું તારૂં જીવનનાવ ઉગરી જશે. દુઃખના ડુંગરોથી ભિસાતો તારો આત્મા સુખ સાગરમાં હિલોરા લેશે, તું આજ પળથી વિચારતો થા કે મારે માટે કંઇ જ અસંભવ નથી, હું અનંત શકિતવંત આત્મા છુ. હું વળી નિર્બળ કેવો, રોગી કેવો, બસ વિચાર પરિવર્તન થયા કે તારી આતરભૂમી શુદ્ધ થવા લાગશે અને દિનપ્રતિદિન આત્મજ્યોતિનું તેજ પ્રકાશવા માંડશે, અને તું નિહાલ થઇ જઇશ એકવાર નિર્ભય થઇને તે રસ્તે ચાલવા માંડ બાળક પ્રથમ ચાલવા શીખે છે ત્યારે તેને પણ ભય લાગે છે. પરંતુ સમય જતાં તેનો ભય રફુચક્કર થઇ જાય છે તેમ તું પણ બાળકની જેમ ભય ન પામતાં શ્રેયના માર્ગમાં ચાલ ? તારો ભય માત્ર કલ્પનાજન્ય છે તેને દૂર ફેંકી દે અને આત્મવિશ્વાસથી આગળ ને આગળ વધ્યે જા જો તારે સુખ અને સ્વાધીનતા જોઇતા હોય તો તારા આત્મવિશ્વાસને પ્રબળ બનાવ આત્મવિશ્વાસુ માટે અસંભવ એવો શબ્દ તેના મનોકોશમાં હોતો નથી. તે તો પોતાના આતર વૈભવને પ્રાપ્ત કરવા આત્મવિશ્વાસથી પ્રબળ પુરૂષાર્થ કરે છે અને સિદ્ધિને વરે છે આ વિશ્વમાં અવિશ્વાસુ માટે ન સુખ છે, ન શાન્તિ છે. રાત દિવસ તેના અંતરમા અશાન્તિનુ સમ્રાજ્ય વ્યાપેલું જ રહે છે. અને આત્મવિશ્વાસુ માટે આ વિશ્વમા સુખ શાન્તિ તેને વરવા માટે સતત તૈયાર જ રહે છે હુ પાપી છું. એવો વિશ્વાસ જ માનવને પાપી બનાવવા માટે પુરતો છે. જે માનવનો એવો વિશ્વાસ છે કે હું પરાધીન છું, તેને સ્વાધીન કોણ બનાવવા સમર્થ છે. એક સમયે શકર અને પાર્વતી કાશીતિર્થ ધામમાંથી પસાર થતા હતા ત્યા ગંગામૈયામા હજારો માનવો સ્નાન કરતા હતા તે જોઇને પાર્વતીજીએ શકરજીને પુછ્યું કે શું આ બધા ગગામાં સ્નાન કરવાથી પાવત્ર બન્યા અને આ

લોકોના પાપો શું ગંગા મૈયાએ ગ્રહણ કર્યા. કેમ કે તે પતિત પાવની કહેવાય છે શંકરજીએ ઉત્તર આપ્યો કે તે બધાએ સ્નાન જ કર્યું નથી. પાર્વતીજી કહે છે અહો આશ્ચર્ય! આશ્ચર્ય! આ બધા પ્રત્યક્ષ સ્નાન કરી રહ્યા છે અને તમો કહો છો કે તેણે સ્નાન જ નથી કર્યું તો તેનું રહસ્ય શું છે! શંકરજીએ કહ્યું તેનુ રહસ્ય હું તમને આવતી કાલે બતાવીશ. બીજે દિવસે શંકર પાર્વતી તેજ સ્થળે આવ્યા, શંકરજીએ એક વૃદ્ધ બ્રાહ્મણનુ રૂપ બનાવ્યું અને પાર્વતિજીને સોળ વર્ષની સુંદરી બનાવી, પછી નદી કિનારા પરથી જવા આવવાના રસ્તા પર એક મોટો ઉંડો ખાડો બનાવ્યો, તેમા શંકરજી પાર્વતિજીને કંઇક વચનો કહીને તે ખાડામાં પડી ગયા. તે ખાડાના કિનારા પર બેસીને પાર્વતીજી કરૂણ સ્વરે રૂદન સહિત સ્નાન કરીને આવતા માનવોને કહેવા લાગી કે હે બંધુઓ! મારા પતિદેવ આ ખાડામાં પડી ગયા છે તેને કોઇ બહાર કાઢી દો તો તમારો મોટો ઉપકાર મારા ઉપર થશે કોઇ કહે મરે તો મરવા દેને તે તારે લાયક કયા છે, તો વળી કોઇ તેના પર, કુદિષ્ટિ કરીને કહે ચાલ ચાલ અમારી સાથે તેની આશા છોડી દે ત્યારે કોઇ વળી ભલો માણસ કહે બેન ધીરજ રાખો તમારા પતિને કાઢી આપું છુ ત્યારે વળી પાર્વતી કહે કે મારા પતિને તે જ બહાર કાઢી શકે જે નિષ્પાપ હોય તે જ નહિતર તે કાઢનાર ભસ્મ થઇ જાય. ત્યારે તે તૈયાર થયેલ માનવ વિચારે છે આપણે જીવનમા પાપ કર્યા જ હોય હુ કયાં એવો પુણ્યાત્મા છું, હુ તો પાપી જ છું એમ વિચારીને પાછો વળે એમ કેટલા કંઇ આવ્યા ને કંઇ હજારો પાછા વળ્યા. પરંતુ શંકરજીને કોઇએ બહાર કાઢયા નહિ સતી નિરાશા અનુભવવા લાગી. તેવામા એક સશકત યુવાન જેના મુખ પર તેજસ્વીતા ચમકી રહી હતી તે ત્યા આવ્યો. પાર્વતીજીએ તેને પણ વિનવ્યો તે સંજ્જન યુવાન આર્દ્ર હૃદયે તુર્તજ તે વૃદ્ધને ખાડામાથી બહાર કાઢવા તૈયાર થયો. ત્યારે પાર્વતીજીએ

કહ્યું મારા પતિને જે બહાર કાઢશે તે નિષ્પાપી હોવો જોઇએ જો તે તેવો ન હોય તો તે પોતે મારા પતિને બહાર કાઢવા જતાં ભસ્મીભૂત થઇ જાય.' પાર્વતીજીના વચન સાભળીને તે યુવાન બોલ્યો 'તમે જોતા નથી માતાજી કે ગંગામૈયામા સ્નાન કરીને આવ્યો છું. મારામાં હવે અપવિત્રતા કેમ સંભવે? શુ શાસ્ત્ર વચનો મિથ્યા છે? તમે મારા માટે અવિશ્વાસ શા માટે કરો છો? હું નિષ્પાપ જ છુ.' અને તેણે સત્વર શકરને બહાર ખાડામાથી કાઢયા. શંકરજીએ પાર્વતીજીને કહ્યુ કે ગગામાં સાચુ સ્નાન તો આ યુવાને જ કર્યુ છે બાકી તો બધા લોક દૃષ્ટિએ ન્હાયા છે જયા વિશ્વાસ છે ત્યાં જ ધર્મ ને કર્મ સફળ થાય છે. અને વિશ્વાસનો નિવાસ શુદ્ધ હૃદયમાં જ હોય છે તે નિસદેહ સત્ય છે આત્મ વિશ્વાસુ જ તરી શકે છે અને બધે વિજયને વરી શકે છે તે આત્મ વિશ્વાસ શુદ્ધ વિચારોનો આશ્રવ લેવાથી જ પ્રગટે છે મલિન હૃદયમા મલિનતાને લઇને આત્મ વિશ્વાસ રહી શકતો નથી એ માટે વિચારની દિશાને બદલાવવી જ જોઇએ. શુદ્ધ વિચારો કરવાથીજ શુદ્ધ મન બને છે અને તે વડે વિશ્વાસ પણ શુદ્ધ બને છે. પોતાનો વિશ્વાસ જ પોતાનો તારણહાર દેવ છે. તે દેવ જ તમોને તારી શકે બીજા હજારો દેવોની તાકાત નથી કે તે તમોને તારી શકે. આતર સમૃદ્ધિ ને પ્રગટ કરનાર એક જ માત્ર આત્મ વિશ્વાસ જ છે તે સદા ધ્યાનમાં રાખો ભગવાન મહાવીર, ભ બુદ્ધ, રામચદ્રજી, વગેરે બધી મહાન વ્યકિતઓએ પોતાના આતર જગતમાં પરિવર્તન કર્યું અને તેઓની બહારની દુનિયા પણ પલટાઇ ગઇ જો તમારે ઉન્નત બનવું હોય તો નીચે લઇ જનારા બધા જ હલકા વિચારો ને અતરમાંથી તિલાંજલી આપો હલકી સગતિથી બચવુ જોઇએ. હલકા પ્રકારના વાચન, વિચારથી દૂર રહેવું જોઇએ. વિચારોનું સુકાન જેના હાથમા છે તે એને જયા વાળવા ઇચ્છે તે દિશામાં એને વાળી શકે છે જે સુખી બન્યા, સમૃદ્ધિશાળી બન્યા, પ્રથમ

કક્ષા પ્રાપ્ત કરી એ પહેલા અંતરની દુનિયામાં તૈયાર થયા હતા. માણસનો આજ આંતર વૈભવ છે. જેણે સુખી થવુ હોય, આનંદ પ્રાપ્ત કરવો હોય એ પોતાના વિચારોમાં, માનસ સૃષ્ટિમા તેવો અને એનો વિશ્વાસ એવો હોવો જોઇએ કે હુ આનંદમય છું જ્યાં સુધી પોતાના અંતરમાં હું આનંદમય છું એવો અનુભવ ન કરે, એજ ધૂનમાં જ્યાં સુધી એ વિહરે નહિ ત્યા સુધી તે આનંદમય કેમ બની શકે ?

કોઇ પુસ્તક વિક્રેતા પોતાના પુસ્તકની કિંમત બે રૂપિયા રાખે તો એવો કોઇ ગ્રાહક હોય કે તેને એથી વધારે પૈસા આપે ? ન જ આપે એવી જ રીતે કોઇ માનવ પોતાને પાપી, પતિત, સામર્થ્યહીન સમજે, માને તો દુનિયા પણ તેને એવી જ સમજશે કારણ કે પોતે પોતાની કિંમત એવી કરે છે. પોતાના જીવનનુ મુલ્યાંકન પોતેજ વધારી શકે છે તેમ ઘટાડી શકે છે તે પોતાના જ હાથની વાત છે. છતાં જન સાધારણ અજ્ઞાનતા વશ એમ જ માને છે કે આ તો અમારા ભાગ્યનો દોષ છે. જ્ઞાની કહે છે હે મહામાનવ તારા ભાગ્યનો સર્જક તું જ છો એનો નિર્માતા કોઇ બીજો બ્રહ્મા નથી, તુ તેનો નિર્માતા સાક્ષાત્ બ્રહ્મા છો તે કા વિસરે છે કોઇ ભાગ્યને અજ્ઞાનતા વશ દોષ આપે છે, તો કોઇ કર્મને, વળી કોઇ શુરા ભગવાનને માથે જ દોષને નાખે છે. પણ જરા શાન્ત મન કરીને વિચારે, અંતરના ઉંડા પ્રદેશમા જઇને જુએ તો સમજાય કે આ બધો દોષ મારા પોતાના અશુદ્ધ વિચારોનો જ છે. માટે મારે જીવન નૈયાનુ સુકાન બદલવું જ જોઇએ અને તે હું જ કરી શકું તેમાં બીજાની સહાયતા કામ ન જ આવે. આજ સુધી ન તો જોયું છે કે ન તો સાંભળ્યું છે કે માનવ પોતે પોતાને તુચ્છ, પામર માનવા છતાં કોઇ ઉચ્ચ કાર્ય કરી શક્યો હોય. પોતાની યોગ્યતામાં વિશ્વાસ કરવાથી જ અમે મહાન બનીએ છીએ અને મહાન કાર્ય પણ કરી શકીએ છીએ અને

દુનિયા પણ તે જોઇને દંગ થઇ જાય છે. આપણામા કહેવત છે કે જે પોતાનું સન્માન કરે છે તેનું દુનિયા પણ સન્માન કરે છે અને જે પોતાનુ મહત્વ જાણતો નથી એનું મહત્વ દુનિયા તો કયાથી જાણી શકે? એ માટે જો તમે મહાન બનવા ઇચ્છતા હો સદ્ગુણો રુપી આંતર વૈભવને પ્રાપ્ત કરવા ઇચ્છતા હો તો એવા જે સદ્ગુણોનો વિચાર પ્રથમ તમારા માનસ ભવનમા સૃજન કરતા રહો તો ધીરે ધીરે તે ગુણો તમારામાં પ્રગટ થશે. અને તેનો પ્રકાશ, તેજ તમારા મુખ–મંડળ પર પ્રકાશીત થશે જો તમે ઇચ્છતા હો કે મારા મુખ–મંડળ પર દિવ્ય તેજ પ્રકાશમાન થાય તો તેવા વિચારો મનમા કરો, એવા ભાવોને મનમા વસાવો બધું કાર્ય વિચારો દ્વારા સરલ થશે અને તે વિચારો શરીરમા, આચરણમા વ્યવહારમા ઝળકવા માંડશે, તેમા તલમાત્ર પણ શંકાને સ્થાન નથી. વિચારોમાં મહાન સર્જન શકિત છે. વિચારો દ્વારા ભાગ્યનું નિર્માણ થઇ શકે છે તેમ જ વિચારો દ્વારા પતનની ગર્તામા પણ પડી જવાય છે. વિચારો દ્વારા જીવન અમૃતમય બની શકે છે તેજ જીવન સ્વાર્થમય વિચારોથી વિષમય પણ બની શકે છે હે મહામાનવ વિચારોની આ અદ્ભુત પ્રભાવશાળી રચનાનું તુ એકવાર વિજ્ઞાન કરી લે તારી કલ્પના શકિતનું મહાત્મ્ય તુ જાણી લે અને પછી વીરની જેમ સદ્વિચારોનો આશ્રય લઇને તું વિકાસને સાધ. અને આગળ આગળ વધતો જા ત્યારે જ અને અનુભવે જ તને વિચારનું રહસ્ય સમજાશે. આપણાં ઉત્થાન અને પતનનો પાયો આપણાં આત્મ વિશ્વાસ પર નિર્ભર છે. જેવો વિશ્વાસ તેવી જ પ્રાપ્તી. આત્મ વિશ્વાસની ખામીથી જ માનવ નાનાં પ્રકારની ચિંતાઓ, ઉદ્વેગ, ઉદાસીનતા, શંકાઓ, વહેમો, અને રોગોથી બેચેન રહે છે. એને કયાઇ શાન્તિ મળતી નથી અને સુખી થવા ચોમેર ફાંફા મારે છે. સુખના સાગારમાં તો પોતે બેઠો છે પણ તેને ખબર નથી કે મારી અંદર સુખ ભરપુર ભરેલું છે જે અંતરમાં ઉંડે ઉતરવાથી મળી શકે છે. આ વાતની તેને ખબર ન હોવાથી

બહારમા જ સુખની શોધ કરતાં દીન અવસ્થામા મરણને શરણ થાય છે. અને વળી બીજા જન્મમા ફરી અંતરમાથી સુખ, સુખની ધ્વનિ તેને સંભળાય છે પણ તે ધ્વનિ જ્યાથી આવે છે ત્યાં ન જોતા બહારમા ફરી શોધ ચાલુ કરે છે. આમ અનેક જન્મો સુખની શોધમા વિતાવ્યા પણ સુખ હાથમાં આવ્યુ નહિ અને આવે પણ કયાથી? સુખ એ તો આત્મિક ગુણ છે, તે આત્મા તરફ દષ્ટિ ન કરતા બહારમા શોધતા કેમ સાંપડે? હવે તો તમારા વિચારોની દિશા બદલાવીને શુદ્ધ અને શુભ વિચારો કરી, આતર વૈભવને પ્રકાશમાન કરી સુખને વરો સુખનો એક માત્ર આજ ઉપાય છે. આત્મ વિશ્વાસ જ અમારી અદર રહેલ દિવ્યતાના દર્શન કરાવે છે. આત્મ વિશ્વાસ જ માત્ર પરમાત્મા સાથે અમારો એકતાનો સંબધ સ્થાપિત કરે છે આત્મ વિશ્વાસ જ આંતર બંધનોને તોડી નાખે છે અને અમને અનત સાથે મેળાપ કરાવે છે. જે વડે અમને અનત જ્ઞાન, અનંત દર્શન, અનંત શક્તિનો અનુભવ થાય છે. અમે મહાન છીએ કે સાધારણ શુદ્ધ છીએ કે અશુદ્ધ એ વાત અમારી આતર દષ્ટિ અને વિશ્વાસની શક્તિ પર જ આધાર રાખે છે. ઘણા મનુષ્યો આત્મ વિશ્વાસ અને શ્રદ્ધા શું છે તે જ જાણતા નથી, અને તે કારણથી તેઓ વિકાસ સાધી શકતા નથી. વિશ્વાસ અને શ્રદ્ધાથી જ માનવનું મન પોતાની શક્તિને પ્રગટ કરવા સમર્થ બને છે, તેનો અદ્ભૂત પ્રભાવ અમારા આદર્શો પર પડે છે વિશ્વાસ દ્વારા જ આત્મ શક્તિ વધે છે, અને વિકાસ પામે છે. આત્મ વિશ્વાસ દ્વારા જ આપણામા એ સમતા પ્રગટે છે જે વડે આપણે આપણી યોગ્યતાને વધારી શકીએ છીએ જે પોતાનો આત્મ વિશ્વાસ વધારે છે તે પોતાની શક્તિને વધારનાર બને છે સસારમા જે જે મહાન પુરૂષો થયા છે તે બધાં આત્મ વિશ્વાસના બળ વડે જ મહાનતાને પામેલા હતા. નિરંતર પોતાના આત્મ વિશ્વાસ પર દૃઢ રહેવું જોઇએ એને કોઇ રીતે ઢીલો કે નિર્બળ થવા દેવો ન જોઇએ.

આજે અમે જે અનેક પ્રકારના સુખનો ઉપભોગ કરી રહ્યા છીએ તે એ મહાન આત્માઓના પુણ્ય પ્રતાપ છે. જે દ્વારા ઇષ્ટ મિત્રોને સુખ-દુઃખના સમાચાર મોકલી શકીએ છીએ, વિના કષ્ટ એક કલાકમા માઇલોની સફર કરી શકીએ છીએ

એ મહાન આત્માઓના માર્ગમાં વિપત્તીઓના પહાડના પહાડ આવ્યા હતા, પરંતુ તેઓએ વીરતાપૂર્વક એને તોડી નાખ્યા. તેઓને નિરૂત્સાહ કરવા પથભ્રષ્ટ કરવા જન સમાજે બધુ જ કરી જોયુ પરંતુ તેઓએ કોઇ તરફ ધ્યાન ન દેતા પોતાના જ કાર્યમા સલગ્ન રહ્યા. અને કોઇની સહાયતા કે સહાનુભૂતિ વિના તેઓએ અદ્દભૂત કાર્ય કર્યુ જેને દેખીને દુનિયા દંગ થઇ ગઇ આ બધો પ્રભાવ પ્રબળ આત્મ વિશ્વાસનો જ હતો

અમારી માનસિક શક્તિ ગમે તેટલી નિર્બળ ભલે હોય છતા તે આત્મ વિશ્વાસ દ્વારા પ્રબળ બની શકે છે. માનસિક શક્તિ પર આત્મ વિશ્વાસનો પ્રબળ પ્રભાવ પડે છે. સસારમા આત્મ વિશ્વાસથી ઉંચી કોઇ વસ્તુ નથી જે માનવને ઉન્નત કરી શકે, પામરતાથી પ્રભુતા તરફ લઇ જાય, ફક્ત એક આત્મ વિશ્વાસ જ તે કાર્ય કરવાને સમર્થ છે જે દ્વારા માનવ જેટલી ઇચ્છા કરે તેટલી ઉન્નતિ કરવા સમર્થ બની શકે છે. પામરમાથી પ્રભુ બનવા સમર્થ બને છે વેદમા કહ્યું છે કે અમે રોગી છીએ, રોગી છીએ એમ જે આપણે રટણા કરીએ છીએ તે તો જાણીતી વાત છે. પરંતુ તે રોગને નિવૃત્ત કરવાનો ઉપાય નથી રોગની નિવૃત્તીનો ઉપાય તો તેને બળના, શક્તિના ઘુંટડા પાવા તે છે જેમ કે રોગને બદલે હુ નિરોગ આત્મા છુ, દીનતાને બદલે હુ મહાન આત્મા છું, તે રટવું જોઇએ નિર્બળતાનુ ઔષધ નિર્બળતાનું ગાન ગાવુ તે નથી પરંતુ શક્તિનુ રટણ કરવું તે જ છે નિર્બળતાના, અપૂર્ણતાના, એવા બધાજ દુર્બળ વિચારોને મનોમદિરમાંથી હાંકી મૂકો તો જ તમારો આત્મ વિશ્વાસ પ્રબળ બનશે અને તમને સુખ, શાન્તિ પ્રાપ્ત થશે આત્મ વિશ્વાસ જ તમારી બધી ઉચ્ચ મનોકામનાઓ

પૂર્ણ કરવા સમર્થ છે. તેને માટે જે લખીએ તે થોડું છે, તે તો અનુભવની વસ્તુ છે. અનુભવે તે દ્વારા જે તૃપ્તી અનુભવાશે તે વર્ણાતીત, વચનાતીત છે. તેનું વર્ણન આ લેખની શી રીતે આલેખી શકે! હે ભવ્યો! આત્મ વિશ્વાસને પ્રાપ્ત કરો. અગર સુખી થવાની ભાવના છે તો તમારા આત્મ વિશ્વાસમાં કેટલું સામર્થ્ય છે તે તમે અનુભવ કરીને જુઓ. જ્યારે માનવ પોતાને અંતવાન, પરિમીત, મર્યાદિત, ક્ષુદ્ર માને છે ત્યારે તે પોતાને, તેવો ન હોવા છતાં તેવો અનુભવ છે. આ માન્યતા જ બધા દુઃખોની જનેતા છે. જે અનંત છે તે પોતાને અતવાન માનવા લાગ્યો, જે અપરિમીત છે તે પોતાને પરિમીત માનવા લાગ્યો, જે અમર્યાદિત છે તે પોતાને મર્યાદિત માનવા લાગ્યો, અને જે સીમા રહિત છે તેણે પોતાની અમુક સીમા, હદ બાંધી લીધી આ ભ્રાન્ત ભાવના જ્ઞાનપૂર્વક દૂર ન થાય ત્યા સુધી પામરતા કેવી રીતે પલાયન થાય. એક વાર સ્વનું ભાન કરીને કહો તો ખરા કે હું પામર નથી, મહાન આત્મા છું. આ પામરપણું સત્ય નથી, ચાલ્યું જા પછી જુઓ કે શું અનુભવાય છે. જૈન સુત્રમાં એક કથા છે કે એક શ્રીમંતના પુત્રને યુવાન વયમાં આંખોમા અતુલ પીડા ઉત્પન્ન થઇ. જેમ આંખોમા કોઇ શસ્ત્ર ભોકાય તેવી દારૂણ વેદના તેની આંખોમાં થવા લાગી. જેમ ઇન્દ્રનું વજ્ર લાગવાથી જેવી વેદના થાય તેવી ઘોર અને મહા વેદના મસ્તકમાં, હૃદયમા અને કમરમાં થવા લાગી અનેક પ્રકારની ચિકિત્સાઓ કરાવી પરતુ તે યુવકની વેદના કોઇ પણ પ્રકારે શાન્ત ન જ થઇ. બધા નિરૂપાય હતા. જ્યારે કોઇ ઉપાય મોઢે માંગ્યા ધન ખર્ચવા છતા કારગત ન થયો, ત્યારે તે યુવક વિચારે છે કે આ વેદનાનુ કારણ શું હશે કે મારા માતાપિતા વગેરે આટલો પરિશ્રમ લઇ રહ્યા છે, ધન ખર્ચી રહ્યા છે, ડોકટરો, વૈદ્યો, જંતર, મંતર આદિ અનેક ઉપાયો કરી રહ્યા છે છતાં વેદના કેમ શમતી નથી.

આમ વિચારતા વિચારતા તેને સમજાયું કે હું આત્મા છું મારામાં અનંત શકિત છે, છતાં પોતાની અનંતતાને ભૂલી દેહ, ઇન્દ્રિયોને આધીન થઇને જે અસંયમી જીવન વિતાવી રહ્યો છું તે કારણે જ વેદના થયેલી છે. આમ વિચારી તેણે તે વેદના (રોગને)ને આત્મ વિશ્વાસથી કહ્યું કે દૂર હટો! હું હવે જાગૃત થયો છું. મારૂં આત્મભાન ભુલવાથી જ તમો શરીર અને મનમાં પ્રવેશ કરવા પામ્યા છો. હવે મેં મારૂં આત્મભાન જાગૃત કર્યું છે તેથી તમે અહિંઆથી દૂર જાવ, તમારો નાશ થાવ. જ્યાં સુધી ઘરનો માલીક સુતો હોય છે ત્યારે જ ઘરમાં ચોર આવી શકે છે. પરંતુ જાગૃતના ઘરમા ચોર આવી શકતો નથી. આટલા દિવસ હું મોહ નિદ્રામાં સુતો હતો, હવે જાગૃત થયો છું. હે રોગ હવે તું અહિઆથી દૂર થા. અને આ આત્માનો વિશ્વાસ પૂર્વકનો શબ્દ સાભળીને રોગરૂપ ચોર નાશી ગયો અને સવારે તે સંપૂર્ણ રોગ રહિત થયો. અને પોતાની આત્મ સાધના માટે ઘરબાર, કુટુંબ પરિવારનો ત્યાગ કર્યો, આ છે આત્મ વિશ્વાસનો પ્રભાવ. માનવી જીવનમા જે અપ્રગટપણે કાર્ય કરી રહી છે તે આત્મશકિતને, આત્મભાન દ્વારા પ્રગટ કરવાથી આવા તો અનેક અદ્ભુત કાર્યો કરવાને માનવ સમર્થ બને છે.

પ્રકરણ ૯ મું

પરમ તત્ત્વની સાથે એકતા

વિશ્વમા એક જ તત્ત્વ કામ કરી રહ્યું છે. જીવન એક છે, એક જ સત્ય બધે વિલસી રહ્યું છે અમે બધા તે દૈવી પ્રવાહની તરફ જઇ રહ્યા છીએ, જે પરમાત્મામાં જઇ મળે છે. આ પ્રકારના મનોભાવ રાખવાથી આપણને એક અલૌકિક પોત્સાહન મળે છે અને મનનો ભય નાશ પામે છે, અમે તે પરમાત્મા સમાન આત્મા છીએ, જે શકિત પરમાત્મામાં છે તે જ અમારામાં છે. જે ગુણો પરમાત્મામાં છે તે બધા જ ગુણો અમારામા છે. તેમણે ગુણોને

સ્વ પુરૂષાર્થ દ્વારા પ્રગટ કરી લીધા છે અને આપણે તેને સ્વપુરૂષાર્થ દ્વારા પ્રગટ કરવાના છે તે જ અંતર બન્નેમાં રહેલું છે. અમે પણ તે ગુણોને પ્રાપ્ત કરવાને સમર્થ છીએ. અમે પણ પુરૂષાર્થ દ્વારા પૂર્ણ અને અમર બનવા સમર્થ છીએ, કેમકે બન્ને આત્મા સમાન છે. આવી વિચારણા કરવાથી અમારૂં જીવન એક અપૂર્વ અલૌકિકતાથી પરિપૂર્ણ બની જશે, મહાન આનંદ, મહાન્ સંતોષથી તે પૂર્ણ બનશે. આ વાતની ધારણા કરી લેવાથી કે અનંત જીવન સાથે અમારી એકતા છે, હું અને પરમાત્મા એકરૂપ છીએ, તો અમને અપૂર્વ ધૈર્ય, સમતા, શાન્તિ, દિવ્ય આશ્વાસન અને નિશ્ચય પ્રાપ્ત થશે, અમારો વિશ્વાસ દૃઢ થઇ જાય છે કે આ સંસારી પ્રપંચો, સંયોગોના અમે ગુલામ નથી, અમે તેના સ્વામિ, માલીક છીએ. જેટલો અમે પરમાત્માની સાથે એકતાનો સંબંધ જોડશુ, જેટલા પરમાત્મામાં તન્મય થઇશું અને એટલુ જ અમારૂં જીવન શાન્તિમય, આશ્વાસનપૂર્ણ અને ઉત્પાદક-શકિત યુકત બનશે સાધુ પાલે કહુ છે કે- 'વિશ્વની કોઇ શકિતની તાકાત નથી કે જે મને આત્મવિશ્વાસથી, પરમાત્માના પ્રેમથી વિચલીત કરી શકે.' 'તમે પોતાના આત્માને જે સર્વદા સત્ય છે તેને ઓળખો, તે સત્ય જ તમોને મુકત કરવા સમર્થ છે.' સાધુ પાલના એ વચનનો એક-એક શબ્દ અમારી મનોમાળામાં ગુંથવા યોગ્ય છે. સાધુ પાલ જેવો વિચાર કરવાથી આપણે ભય, શકા, ચિંતા આદિ મનોવિકારોના પંજામાથી મુકત થશું જ્યારે માનવ જાતને એ જ્ઞાન પ્રાપ્ત થશે કે સર્વશકિતમાન પરમાત્માની સાથ એની એકતાનો સબંધ છે ત્યારે એના સર્વ ભય, શકાઓ નષ્ટ થઇ જશે જ્યારે માનવ જાણશે કે સર્વશકિતવંત પરમાત્મા સાથે મારી એકતા છે, હું એવો આત્મા છુ, તો પછી મને ભય શાનો?' આમ મનને જ્યારે આત્મ તત્ત્વની થોડી પણ ઝાખી થઇ, તે જાણવા લાગ્યું કે મારો અનંત સાથે સંબધ છે, ત્યારે તે કોઇ

પણ વસ્તુથી ભય નહિ પામે. તેનો આત્મ વિશ્વાસ પ્રબળ બની જશે. જેટલો આપણે આત્મિક શકિત પર વિશ્વાસ કરશું એટલી જ આપણી તૃષ્ણા હટશે અને આપણે અલૌકિક તૃપ્તીને અનુભવશું અને અલૌકિક શાન્તિને અનુભવશુ. જયારે અમે જાણશુ કે આ હાડુ–માંસતું પુતળું તે અમે નથી પણ અમે તે પરમાત્મા સમાન આત્મા છીએ, ત્યારે અમારા જીવનમા દિવ્યતા પ્રગટ થશે. જો અમે આત્મિક શકિતના દિવ્ય પ્રવાહ તરફ પોતાના મનોમદિરના દ્વાર પૂર્ણરીતે ખુલ્લા મુકીશુ તો અમારા જીવનમાં કેવી અલૌકિક દિવ્ય શકિતઓનો વિકાસ થશે, એતું અનુમાન પણ આ વખતે કરવુ મુશ્કેલ છે. આજે જે અમે નિર્બળ, પરાધીન, પામર બની રહ્યા છીએ એનુ મુખ્ય કારણ એ જ છે કે અમે પોતાના કુવિચારો અને અસદાચરણના કારણથી આત્માની અલૌકિક શકિત તરફ પોતાના મનો મદિરના દરવાજા પોતાના હાથે જ બધ કરી લીધા છે જયા સુધી માનવ કુવિચારો, સ્વાર્થમય ભાવો, અને અસદાચરણમા પ્રવૃતે છે ત્યા સુધી તે સાચી શકિતને પ્રાપ્ત કરવા સમર્થ બનતો નથી. જયારે જયારે માનવ સ્વાર્થભાવને વશ થઇને કોઇ ખરાબ કામ કરે છે, અસદાચરણમા પ્રવૃત્ત થાય છે, ત્યારે ત્યારે તે પોતાની આત્મિક શકિતનુ બળ ઘટાડે છે. એ પ્રકારે ઘણા મનુષ્યો ન્યાય, નીતિ, અને પ્રેમથી પોતાનું મુખ ફેરવીને આત્મપરમાત્મા સાથેનો પોતનો સબધ તોડી નાખે છે. પ્રત્યેક દુષ્કર્મ એ પ્રેમના તારને તોડી નાખે છે જે અમારા તથા પરમાત્માના પ્રેમને જોડે છે. જયારે જયારે અમે કોઇ ખરાબ કામ કરીએ છીએ, ત્યારે ત્યારે અમે સત્યથી દૂર થતા જઇએ છીએ. જયારે માનવ નીચતા અને બેઇમાનીનું કર્મ કરે છે, ત્યારે ત્યારે તે સર્વશકિતમાન પરમાત્માની દિવ્ય સત્તાથી પોતાને જુદો કરે છે. ત્યારે એનું પરિણામ એ થાય છે કે સર્વ પ્રકારના ભય, શકાઓ, સંદેહો એના પર અધિકાર

કરીને તેને સતાવે છે. આત્મિક શક્તિ સાથેનો સંબંધ વિચ્છેદ કરવાથી માનવની દશા નિઃસહાય, નિરાધાર બાલક જેવી બની જાય છે કે જેને ઘોર અંધકારમાં એકલો છોડી મૂક્યો હોય અને તે રોતો, વિલાપ કરતો ભટકી રહયો હોય અનત ઐશ્વર્યયુક્ત પરમાત્માની સાથે જેટલી ભિન્નતાનો ભાવ રાખશું એટલા જ અશમા અમે દુ.ખને, વિપત્તિઓને, સકટોને પ્રાપ્ત કરશું. આત્મા સાથે અમે જેટલો પોતાના સંબંધ જોડશું એ પ્રમાણમા શક્તિ અમને પ્રાપ્ત થશે, કારણુ શક્તિનુ ઉદ્‌ગમન સ્થાન તો તેજ છે પૂર્ણપ્રેમ ભયનો નાશ કરે છે, કેમ કે પૂર્ણપ્રેમ અનત શક્તિમાન પરમાત્મા અને આત્મા વચ્ચેની પૃથકતાના ભાવનો નાશ કરે છે. જયારે અમે આત્મિક જીવનનો, આધ્યાત્મિક જીવનનો અનુભવ કરવા માંડીએ છીએ, અને આત્મિક એકના અનુભવીએ છીએ, ત્યારે અમારી બધી વિપત્તિઓ, સંકટો રફુચક્કર થવા માડે છે, અને પાપ તથા બિમારીઓ વિદાયગીરી લે છે. અમે પરમાત્મા સમાન આત્મા છીએ એવો અમારો વિશ્વાસ જેમ જેમ દઢ બનતો જશે, ત્યારે અમારી બધી જ નિર્બળતા, સંકુચિતતા, ભિરૂતા, સદેહ વગેરે પોતાની મેળે અમારા અંતરમાંથી વિદાય થઇ જશે અને અમે પૂર્ણ નિર્ભય અને શક્તિશાળી બની જશુ. આત્મવિશ્વાસ દ્વારા જ અમે સત્યં શિવં સુદરમ્‌ના દર્શન કરી શકશું. માનવ એટલો જ મહાન થઇ શકે છે કે જેટલા આત્મિક ગુણોનો તે વિકાસ કરી શકે છે અને દયા, સત્ય, ત્યાગ, નિઃસ્વાર્થ પ્રેમ, શક્તિ વગેરે જેમ જેમ વૃદ્ધિને પામશે તેમ તેમ તે પરમાત્મા સાથે પોતાનો સબંધ વધારતો જશે ને એક દિવસ પોતે પણ પરમાત્મા બની જશે મનુષ્ય પોતાની શક્તિને ત્યાં સુધી પ્રાપ્ત કરી શકતો નથી, જ્યા સુધી તે પોતાને પરમાત્મા સમાન આત્મા છુ એમ માનતો નથી. સત્ય સ્વરૂપ અમે આત્મ જ છીએ. ભૂલ ભ્રમ એ અમારો સ્વભાવ નથી

પરમાત્મા સાથે અમારી એકતા છે, આ વાતને હૃદયપૂર્વક માની લેવાથી જ અમોને અપૂર્વ શાન્તિનો અનુભવ થાય છે, મનમાં પ્રસન્નતા છવાઇ જાય છે અને પોતાની નિર્મળતાના દર્શન થાય છે ધૈર્ય, ગભીરતા આદિ ગુણો વિકસે છે અને આત્મા ઘણો ઉંચે ચઢી જાય છે. આ વસ્તુ તો અનુભવની છે તે લેખનનો વિષય નથી અમે પરમતત્ત્વમા જેટલા તન્મય રહેશુ એટલી ચૈતન્યતા અને સ્વસ્થતા અમને પ્રાપ્ત થશે, જે વડે અમારા ત્રિતાપ નાશને પામશે પરમાત્માની સાથે જ્ઞાનપૂર્વક સબધ જોડવાથી જ અમે સાચા વૈભવને, સાચી નિરામયતાને, સાચા સુખને પ્રાપ્ત કરવા સમર્થ બનશુ તે સિવાય બીજો કોઇ રસ્તો નથી. અનંત જીવનના પ્રવાહને ઝીલવા માટે જો અમે મનના દ્વારને ખુલા મૂકીએ તો તે પ્રવાહ ત્યા વહેશે પણ માનવ અજ્ઞાનવશ તે પ્રવાહને માટે પોતાના દ્વાર બધ કરીને તેને રોકે છે તે ભુલને કારણે જ માનવ પામર બની રહ્યો છે અને તેથી શાન્તિ પોતાની પાસે જ હોવા છતાં તે તેનો ઉપભોગ કરી શકતો નથી અનંત જીવનની સાથે એકતાનો સબધ જોડવાથી જ પોતાનુ તથા વિશ્વનું કલ્યાણ થાય છે, અમર જીવનનો તેને અનુભવ થાય છે જ્યારે જ્યારે મનમા ભય, ચિંતા, નિર્બળતાના વિચારો પ્રવેશ કરે છે ત્યારે ત્યારે આપણો અનંત જીવનની સાથેનો સબધ તૂટી જાય છે અમોને આત્મ વિસ્મૃતિ થાય છે અને એથી અમે મૃત્ય માનવી બની જઇએ છીએ, એ કેટલા ખેદનો વિષય છે? માયા તમને ભ્રમિત કરે છે, એ માયાને જ્ઞાન દ્વારા દૂર કરો અને નિર્મળ દૃષ્ટિથી સ્વને પીછાણો પોતાના સુખ શાન્તિ પર સ્તત્વ સ્થાપો, આ કાર્ય પ્રયત્નપૂર્વક કરવાથી જ તમારો ખોવાયેલ ખજાનો તમને ફરીથી સાંપડશે. એક નવયુવાન બ્રાહ્મણ પ્રભુ ભકિતમા સદા લીન રહેતો, પરતુ તે દરિદ્રી હતો તેની સ્ત્રી તેને વારંવાર કહેતી કે કોઇ તપ કરો અને વરદાન માગો. આમ તે વારવાર કહેતી તેથી કંટાળી તે વનમા ચાલ્યો ગયો અને ત્યા તેણે તપ કર્યું જ્યારે તેના ઇષ્ટદેવ પ્રસન્ન થયા અને

વરદાન માંગવા કહ્યું, ત્યારે તેણે કહ્યું : 'પ્રભુ જે તમારી ઇચ્છા હોય તે આપો' દેવે તેને ચિંતામણી રત્ન આપ્યું. તેનાથી જે ઇચ્છે તે મળે ત્યારબાદ તે યુવાન બ્રાહ્મણ પોતાના ગૃહે ન જતાં તિર્થોમાં ભ્રમણ કરવા લાગ્યો અને ચિંતામણી રત્ન દ્વારા હજારો, લાખો ગરીબોને, અભ્યાગતોને, ભોજન, વસ્ત્રાદિ આપવા લાગ્યો અને તેના તિર્થ ભ્રમણનું કારણ એ હતું કે તે યોગ્ય ગુરૂની શોધમા હતો એકદા એવા સત તેને સાપડયા, તે તેમના સંગમા એક દિવસ રહ્યો અને તેમના પાસે જ્ઞાન ભિક્ષાની યાચના કરી, પરતુ ગુરૂ જાણતા હતા કે અધિકારીને જ જ્ઞાન આપી શકાય માટે તેની યોગ્યતાની પરિક્ષા કરવા માટે પોતાનુ નામ કે ઠામ બતવ્યા વિના તે વહેલી સવારે ત્યાથી ચાલ્યા ગયા. સવારે તે યુવાનને ગુરૂનો મેળાપ થયો નહિ તેણે એમની ખુબ રાહ જોઇ, પણ ગુરૂજી ન જ આવ્યા. છેવટે તે એમને શોધવા ચાલ્યો અને ઘણા પરિશ્રમે તેણે ગુરૂને શોધી કાઢયા. ગુરૂ હવે તેની વિશેષ પ્રકારે પરીક્ષા કરવા ધારતા હતા. તે યુવાન ચિંતામણીને હંમેશા માથામા છુપાવીને રાખતો હતો, એક દિવસ ગુરૂજી તેને સમુદ્ર કિનારે લઇ ગયા. ત્યા વાત વાતમા તેનો મણી ખેંચીને સમુદ્રમા ફેંકી દીધો. આ કારણથી તે યુવાન બ્રાહ્મણ ઘણું ઘણું રૂદન કરવા લાગ્યો અને ગુરૂના સમજાવવા છતાં તે શાત થયો નહિ ત્યારે ત્યા રેતીમા ખાડો કરીને ગુરૂએ મુઠ્ઠી ભરીને રત્નો કાઢયા લે તારે જોઇએ તે લઇ લે, ત્યારે તે જરા શાન્ત થયો. 'હાય મારો મણી કયા ગયો તે વડે તો હુ ઘણું ઘણુ દાન પુણ્ય કરતો હતો' વગેરે બોલવા લાગ્યો. ગુરૂએ કહ્યુ હે ભદ્ર ! આ પથ્થરના મણિ માટે તુ આટલો વિલાપ કરે છે અને ઝુરે છે તે જ પડદો તને આત્મ ચિતામણી પ્રાપ્ત થવામા અવરોધ કરે છે તારા આત્મ મણી પાસે આ પથ્થરના મણીની શી તાકાત છે? 'બાહિર શુ ભટકે જીવડા, રત્ન અમોલ મહી પડયા' હે પ્રિય માનવો ! બાહિરમા શા માટે

ભટકો છો ? તમારા આત્માની અંદર તો અમુલ્ય રત્નોનો નિધિ પડયો છે. તે નિધિ પ્રાપ્ત થતાં તું જગતનો નાથ થઇશ તે યુવાન બ્રાહ્મણ ગુરૂના ઉપદેશથી જાગૃત થયો અને પથ્થરના મણીનો મોહ ત્યાગી તે સાચા મણી, આત્મ મણી લેવાની સાધના કરવા લાગ્યો. અને જે સાધે તેને તે સાંપડે એ ન્યાયે સાધના વડે એક દિવસ આત્મ ચિંતામણી રત્ન પ્રાપ્ત કરી સર્વ દુઃખો અને તાપોથી રહિત અમર જીવી બન્યો. આ છે પરમતત્ત્વની સાથે એકતા જોડવાનો અમર વારસોઃ જે ઇચ્છશે તે, તે અમર નિધિને પ્રાપ્ત કરી શકશે તેમાં સંદેહને સ્થાન જ નથી.

પ્રકરણ ૧૦ મું

આત્મ-પ્રેરણાનો પ્રભાવ

જોવામાં આવે છે કે ઘણા માણસો પોતામાં યોગ્યતા હોવા છતાં પણ પોતાના જીવનમા બહુ થોડું કાર્ય કરી શકે છે, કેમકે તે નિરાશાજનક પ્રેરણાઓને વશ બનેલા હોય છે. જ્યારે તેઓ કોઇ કામને કરવા માંડે છે ત્યારથીજ અસફળતાના ચિન્હો જોવા માંડે છે, લાચારીના જ વિચારો તેના મનમાં વધારે આવે છે. એ કારણથી તેની કાર્ય કરવાની શકિત નષ્ટ થઇ જાય છે.

હું અભાગી છુ, મને ભગવાને ભાગ્યહીન જ પેદા કરેલ છે, દૈવ મારાથી વિપરીત છે, આ પ્રકારની પ્રેરણાઓનો મન પર બહુ ખરાબ પ્રભાવ પડે છે, એવો બીજા કોઇથી પડતો નથી. આપણે જાણવું જોઇએ કે ભાગ્ય તો આપણા માનસ-ક્ષેત્રમા જ છુપાયેલ છે. આપણે જ આપણા ભાગ્યના કર્તા-વિધાતા છીએ. આપણામાં તે શકિત છે કે જે વડે આપણે ભાગ્ય પર શાસન કરી શકીએ. આપણને લાગે છે કે આપણી પરિસ્થિતિ અનુકૂલ નથી, આપણને કોઇ પ્રકારની સગવડ નથી, પણ વિશ્વમા એવી જ અવસ્થાઓવાળા

કેટલાક માનવો પોતાની ઉન્નતિ કરી રહયા છે અને વિકાસને સાધી રહ્યા છે.

એ માનવ માટે શુ કર્યું જાય કે જેનો ખ્યાલજ એવો છે કે હું જન્મથીજ ભાગ્યહીન છુ. મને સફળતા, વિજય વગેરે મળવાના જ નથી અસફળતાના વિચારો કરવા છતાં સફળતા મળવી એ એટલી જ અસભવ છે કે બાવળ વાવીને ગુલાબના ફુલની આશા કરવી.

અમે પોતાના ભાગ્યને ઘણો જ દોષ આપીએ છીએ, પરંતુ વાસ્તવમાં તો તે અમારો જ દોષ છે, અમારા વિચારોનું જ તે ફળ છે અજ્ઞાનથી તે સમજી શકાતુ નથી ઘણા માણસોને વૈભવશાળી, ઉન્નતિશીલ જોઇને વિચારીએ છીએ કે તેના ભાગ્ય ઉંચા છે તેથી તે ઉન્નતિ કરી શકે છે, વૈભવશાળી બન્યા છે વગેરે. પણ અમારા કર્મ તેવા નથી, દૈવ અમારાથી વિપરીત છે, અમે શુ કરીએ ? પણ તે ભાગ્યશાળી બન્યો અને તું અભાગ્યશાળી બન્યો, તેનુ ખરૂ કારણ તો પોતપોતાના વિચારોનું ફળ છે, પોતપોતાની કરણીનું જ ફળ છે. એક સડક પર કેટલાક કડિયાઓ ભેગા થઇને મકાન બાંધી રહ્યા હતા. ત્યારે થોડે દૂર કેટલાક મજૂરો કૂવો ખોદી રહ્યા હતા, બન્ને પોત પોતાના તન અને મનને ઉપયોગમા લઇ રહ્યા હતા, પણ બન્નેના સર્જન જુદાં હતાં. મકાન બાધનારા, પ્રાસાદ સર્જન કરનારા કડિયાઓ જેમ જેમ બાંધતા જતા હતા તેમ તેમ તે ઉપર ને ઉપર, પ્રકાશમા, આકાશ તરફ આગળ વધતા જતા હતા. કૂવો ખોદનાર મજૂરો જેમ જેમ ખાડો ખોદતા ગયા તેમ તેમ તે નીચે ને નીચે, અંધકારમાં ઊંડા ને ઊડા ઉતરતા ગયા. શ્રમ બન્ને કરતા હતા, પણ શ્રમની પ્રેરક રૂપ સાધના ભિન્ન હતી અને પરિણામ પણ જુદું આવ્યું એકના શ્રમથી અવકાશમાં જવાય છે, પ્રકાશ પ્રતિ પ્રયાણ છે, સર્જન થાય છે, બીજાના શ્રમથી ખાડો ખોદાય છે, નીચે જવાય છે, અધકારમાં જવાય છે. એજ પ્રકારે માનવ જીવનમાં પણ બને છે. માણસનો જે વિચાર છે,

કર્મ છે, ક્રિયા છે, વર્તન છે એના વડે ધારે તો પ્રાસાદ બાંધી અવકાશમાં અને પ્રકાશમા એ જઇ શકે, અને જીવનનુ વહેણુ બીજી તરફ વાળે તો એ ખાડો ખોદી અધોગામી બને છે મહા-પુરૂષોએ કહ્યુ છે કે માણસ ઊર્ધ્વગતિ કે અધોગતિને પ્રાપ્ત કરતો હોય તો એ બીજા કોઇને લીધે નહિ પણ પોતાના જ વિચારોથી, કર્મથી, પોતાનીજ ક્રિયાથી પામે છે એમા દૈવનો દોષ કે ભાગ્યનો દોષ કાઢવો તે કેવલ મૂર્ખતા જ છે, અજ્ઞાનતા જ છે. ચીકણાં નહિ એવાં કર્મને પુરૂષાર્થ વડે ફેરવીને માનવી જીવનને પલટાવી શકે છે. અમેરીકામા-રોકફેલર એક વાર માંદા પડયા, શરીરમાં ખૂબ સણકા મારે નિષ્ણાતોને બોલાવ્યા, દવા કરી, ઇન્જેકશનો લીધાં પણ સણકા ઓછા ન થયા. ડોકટરોનુ માનવું હતું કે ઓપરેશન કરવાથી કદાચ આખ ગુમાવવાનો સમય આવે. આશ્વાસન આપવા સહુ આવે પણ દર્દમા ભાગ કોણ પાડે ? એક રાત્રિએ જયારે સ્નેહીઓ અને સ્વજનો શાંતિથી ઊંઘી ગયા હતા ત્યારે રોકફેલર દર્દથી ખૂબ પીડાતા હતા એમને વિચાર આવ્યો :

"હુ માનતો હતો કે ધનથી દુનિયાને ઝૂકાવી શકાય છે, આખા વિશ્વને ચરણે નમાવી શકાય છે, પણ એજ ધન મારૂ શારીરિક દુઃખ દૂર નથી કરી શકતુ. સણકા મારે છે અને મારુ માથુ ફાટી જાય છે હવે શું કરૂં ? સહન થતુ નથી" 'જો મારૂ ધન મને આવા દુઃખમાંથી બચાવી શકતુ નથી તો તે ધન પાછળ મારે ઘેલા થઇ શાને મરવુ ?' અને ત્યારેજ, તેજ પળે મનમા સંકલ્પ કર્યો: જો હું નિરોગ થાઉં તો ગરીબો માટે મોટામા મોટી હોસ્પિટલ ખોલું. હુ ધનપતિ છું એટલે દવાઓ લઇ શકું છુ, ઉંઘની ગોળીઓ ખરીદી શકું છુ, અને થોડા સમય માટે દર્દને વીસરી શકું છું, પણ જેમની પાસે કોઇજ સાધન નથી એ કેવા તરફડતા હશે ?'

અંદરથી સંકલ્પનું ચક્ર ફરે અને આસપાસના વાતાવરણમાં અદ્‌ભૂત પલટો આવી જાય સંકલ્પમા મહાન બળ છે, અદ્‌ભૂત શકિત છે સંકલ્પ બળવાળા પુરૂષો જ મહાન બન્યા છે, અને બની શકે છે. રોકફેલરે સંકલ્પ કર્યો હુ નિરોગ થાઉં અને લોકોની સેવા કરૂ. લોકો માટે ધન ખરચું, સંસ્થાઓ ખોલું. સવાર પડી અને રોકફેલરે છૂટે હાથે દાન દેવાનું શરૂ કર્યું. એના નામે ચાલતી સંસ્થાઓ આજે વિશ્વવિખ્યાત છે. ઇચ્છાશકિતથી અશાતાનું કર્મ પલટાઇ ગયું, અશાન્તિમાથી શાન્તિમા આવ્યા મનમા શુભ સંકલ્પનું બીજ વાવો, 'મારાથી હવે કોઇ શુભકર્મ સત્કર્મ થવાનું છે, એ કામ હુ કરીશ જ.' નવી સંકલ્પ શકિતથી તમારામા એવુ બળ આવે, એવી તાકાત આવે કે ખરાબ કર્મ ફેંકાઇ જાય અને દુઃખ આપનારૂં તત્ત્વ સુખમાં પલટાઇ જાય. મતલબ એ છે કે પોતાના વિચારોને પલટવાથી પરિસ્થિતિ પણ પલટાઇ જાય છે. પરંતુ ભાગ્યના રોદણા રોવાથી કઇજ સાર્થકતા થતી નથી. માટે અશુભને શુભમા પલટવાની વિદ્યા શીખવી જોઇએ. આત્મ પ્રેરણાનો પ્રભાવ મહાન છે. માટે સારા ઉચ્ચ વિચારોથી મનને ભરી દેવુ જોઇએ. આ વાતને સદા સ્મરણમાં રાખો કે આત્મ પ્રેરણામા મહાન શકિત રહેલી છે આ વાત સાચી છે કે માનવો પોતે જ બનાવેલા વાયુમંડળમાં રહે છે, પરંતુ સાથે સાથે એ વાત પણ સત્ય છે કે વિચારોના પરિવર્તનથી તેને બદલી શકાય છે. જે પ્રકારના વિચારો આપણા હશે, એ અનુસાર ગુણ હશે, અને તેવું જ વાયુમંડળ આપણી આસપાસ બન્યુ રહેશે કલેશ ભય, ચિંતા, અનુત્સાહ વગેરે આતરિક શકિતનો નાશ કરે છે. એ માનવના મહાન શત્રુઓથી તમારા મનને મુકત કરો. દ્વેષે હજારો જીવોનો નાશ કર્યો છે. માનવ-મનમા દ્વેષ જે ભયકરતા ઉત્પન્ન-કરે છે તેવું બીજુ કઇ નુકશાન કરતું નથી એ ભયકર રાક્ષસે સંસારમા ઘણોજ ઉત્પાત મચાવ્યો છે ભાઇ-ભાઇમા

લડાઇ કરાવી, પિતા પુત્રમાં ભેદ પડાવ્યો, પતિ-પત્નિમા વૈર વસાવ્યા, તેના અનર્થોનો કોઇ પાર નથી આત્મ પ્રેરણા દ્વારા દ્વેષને દૂર કરવાથી પ્રાણ સંહારક કૃત્યો પણ રોકાઇ જાય છે આત્મ પ્રેરણામા બળ છે સારી પ્રેરણાનું સુફળ અને ખરાબ પ્રેરણાનું ખરાબ ફળ તુર્ત જ મળે છે જેમ કે એક ગામમા એક યક્ષ ઘણા માણસોનો સહાર કરતો હતો. તે જોઇને ગામના માણસોએ મળીને એવો ઠરાવ કર્યો કે હમેશા એક ઘરનું એક માણુસ તેને ખાવા આપવું, જેથી ગામમા દસ હજાર ઘરોમા રોજનો ત્રાસ નહિ રહે. યક્ષે પણ તે કબૂલ કર્યું એક દિવસ એક બ્રાહ્મણના એકના એક જ પુત્રનો વારો આવ્યો, તેને ત્યાં તે જ દિવસે કોઇ મહાત્મા આવી ચઢ્યા; તેને સૂઇ રહેવા બ્રાહ્મણે ઘર આપ્યું અને ભોજન પણ કરાવ્યુ, પછી સત ઓટલે સૂતા, ત્યારે બ્રાહ્મણીએ તેને કહ્યુ "પ્રભો ! ઓટલે સૂશો મા। યક્ષ આપને હેરાન કરશે કેમ કે તે આજે મારા પુત્રને લઇ જવા આવશે' મહાત્માઓ તો સ્વભાવે જ પરોપકારી હોય છે, તેઓ બોલ્યા; 'ફિકર નહિ, તમે ઘરમા સૂવો, હું બહાર ઓટલે સૂઇશ.' રાત્રે ૧૨ વાગે યક્ષ આવ્યો. તેણે મહાત્માને કહ્યુ : 'આપ ખસી જાવ.' સત બોલ્યા : 'તુ કોણ છો ?' યક્ષે કહ્યું . 'હુ યક્ષ છુ.' સંત બોલ્યા : 'નહિ ભાઇ ? તમે તો સચ્ચિદાનદ આત્મા, મારું જ સ્વરૂપ છો; યક્ષ કા બનો ?' યક્ષે કહ્યુ : 'મહારાજ' તમે એમ સમજો છો. માટે જ હુ પણ તમને મારું આત્મરૂપ સમજુ છું; આ લોકો મને યક્ષ માને છે; તેથી હુ પણ તેઓને ભક્ષ્ય માનું છુ.' સંત બોલ્યા : 'ભય ન કર, બધા જ એમ જ સમજશે, તું સુખેથી જા.' એમ ઉપદેશથી યક્ષને નિર્મળ બનાવી સતે પાછો મોકલ્યો. બીજે દિવસે લોકોને પણ સમજાવ્યા કે તેને યક્ષ ન માનતા અને તેના તરફ દ્વેષ ન કરતા, ભય ન કરતા, તમે તે યક્ષમા રહેલ આત્મા

તરફ દષ્ટિ રાખીને વરતો, તો યક્ષ તમારૂં કંઇજ નુકશાન નહિ કરે ખરી રીતે તો તમારો દ્વેષ અને ભયજ તમારો શત્રુ છે. જે આતર સૃષ્ટિનો શત્રુ છે તેજ સ્થુલ જગતમા શત્રુ રૂપે ભાસે છે આમ તે સતે યક્ષના અતરમાં અને ગામ જનતામાં, આત્મ-દષ્ટિથી મૈત્રી ભાવને જાગૃત કરીને નર સંહારક કાર્ય બધ કરાવ્યું. આ છે સારી આત્મ પ્રેરણા અને ખરાબ આત્મ પ્રેરણાનો પ્રત્યક્ષ પ્રભાવ જ્યા સુધી ગ્રામ જનતા યક્ષને યક્ષ રૂપે માની તેનાથી ભય પામતી હતી અને સાથે સાથે દ્વેષ પણ કરતી હતી તે અશુદ્ધ વિચારોના પરિણામ–ફળ રૂપે તે યક્ષ તેનો સંહાર કરતો અને ભય પણ ઉપજાવતો હતો. જ્યારે સંતના ઉપદેશથી યક્ષે અને ગ્રામ જનતાએ પોતાના મનમાથી અશુદ્ધ વિચારોને, ભાવોને દૂર કર્યા ત્યારે બન્નેમાંથી શત્રુ બુદ્ધિ નશ પામી અને મૈત્રી ભાવ ઉત્પન્ન થયો. આ બધો પ્રભાવ શુભ અને અશુભ આત્મ–પ્રેરણાનો જ હતો. પ્રેમભાવ તો અમૃત છે અને દ્વેષભાવ વિષ સમાન છે દ્વેષ કરનારને અને જેના પર દ્વેષ કરવામા આવે છે તે બન્નેને તે અહિત કરતા નુકશાનકર્તા બને છે. દ્વેષથી જ વૈરની વૃદ્ધિ થાય છે. અને તે વૈર જો શમન ન થાય તો જન્મ જન્માતર સુધી તેની પરપરા ચાલે છે, અને બન્ને જીવાત્માઓ દુઃખના ભોક્તા બને છે. દ્વેષને કારણે જ એક રાષ્ટ્ર બીજા રાષ્ટ્ર સાથે, એક રાજા બીજા રાજા સાથે, ભાઇ, ભાઇ સાથે, લડે છે અને એક બીજાના લોહી રેડાય છે. આ બધું એ દ્વેષને કારણે બને છે માટે સુજ્ઞજનોએ આ દ્વેષને મનમાથી દેશવટો આપવો જોઇએ પરતુ પ્રેમ શત્રુને પણ મિત્ર બનાવે છે વિશ્વમાં, રાષ્ટ્રમા અને પરિવારમા શાન્તિ, સપ કરાવે છે પ્રેમ કરવાથી એક બીજાના મન આનંદમાં મગ્ન રહે છે. તેમજ પ્રેમી–આત્મા જ્યા જ્યા જાય ત્યા ત્યા પાતાનો પ્રેમ અર્પણ કરીને બધાને આનંદ આપે છે. પ્રેમીના બન્ને ભવ સુખકર થાય છે. પોતે શાન્તિ સુખને અનુભવે છે અને બીજાને પણ તેનો અનુભવ કરાવે છે.

પ્રેમથી માનવ તો વશ થાય છે પરંતુ સિંહ સમાન હિંસક પશુઓ પણ પ્રેમથી વશ થાય છે તેવા હિંસક જીવો પ્રેમી સાથે મિત્રની જેમ વરતે છે અને પોતાનો હિંસક સ્વભાવ ત્યાગી દિયે છે પ્રેમસુધાનુ જેટલુ વર્ણન કરીએ તે થોડું છે. હે ભવ્યો! તમે દ્વેષને ત્યાગી પ્રેમ સુધાનું પાન કરો પ્રેમને જ હૃદયમા સ્થાન આપો જેથી તમારા શત્રુઓ મિત્ર બનશે અને તમે સર્વથી નિર્ભય બનશો. રાજા અશોક કલિંગદેશને જીતવા માટે ત્યા યુદ્ધ કરવા ગયો, તેની જીત થઇ ત્યાર બાદ ત્યા અમાનુષી અત્યાચાર પ્રજા પર કરવા લાગ્યો રાજમહેલમા રહેલ નાની રાજબાળા અમિતા અગાસીમાથી આ દૃશ્યને જોઇ રહી અને પોતાની પ્રજાને આ રીતે પીડાતી જોઇને તેનો ગુસ્સો હાથમાં ન રહ્યો તે નીચે આવીને સાકળો તથા હથિયાર લઇને કહે હું અશોકને જીતવા જઇ રહી છું. પ્રધાન મંત્રી તથા રાજમાતાએ તેને ઘણુ ઘણુ સમજાવ્યું, પણ તે એકની બે થઇ નહિ આખર બાળહઠનો વિજય થયો. આગળ આગળ અમિતા પાછળ પાછળ મંત્રી તથા રાજમાતા અને અન્ય સેવક વર્ગ. મહેલની બહાર 'અશોકને તેનો મંત્રી કહે છે કે હાલ ભય છે, તમને પકડવા કોઇ આવી રહ્યું છે અશોકે તે વાતને ધ્યાનમા ન લીધી, તે મહેલમા જવા લાગ્યો થોડે જતા રાજબાળા અને અશોકની ભેટ થઇ. રાજબાળાએ પ્રશ્ન કર્યો તમે કોણ છો, તમે ભલા માણસ લાગો છો, તમે અમને મદદ કરશોને? અમે અશોકને પકડવા જઇએ છીએ આ સાભળીને અનિષ્ટની આશંકાથી રાજમાતા અને મંત્રી કંપવા લાગ્યા અશોકે કહ્યુ 'હું જ અશોક છુ. નિર્દોષ બાળા વિસ્મયથી 'શું? તમે જ અશોક છો?' તેણે કહ્યુ 'હા?' નિર્દોષ બાળા મુગ્ધ થઇ ગઇ. પ્રેમથી કહે છે 'તમારે શુ જોઇએ છે? તમારે જે જોઇતું હોય તે માગો, હુ કલિંગની મહારાણી છું, પણ અમારી પ્રજાને પીડશો નહિ રાજાએ ઇશારાથી સૂચન કર્યું કે સિંહાસન જોઇએ છે. થોડીવાર નિર્દોષ બાળા મૌન રહી પછી કહે, ભલે તમારે તે જોઇતું

હોય તો લઇ જાવ અમે બીજું બનાવી લેશું. પણ તમો કલિંગની પ્રજાને પીડશો નહિ' નાની બાલિકાના પ્રેમમય અને નિર્ભય વચનોનો એવો તો પ્રભાવ અશોકના દિલ પર પડયો કે તેના દિલનો શત્રુભાવ પીગળી ગયો અને પ્રેમથી તે બાળાને ઉઠાવી ગોદમાં લેતા ચુંબન કરતા કહેવા લાગ્યો 'હવેથી આજથી પ્રતિજ્ઞા કરૂ છુ કે હે અમિતાદેવી, તમારા જેવા પ્રેમથી જ હું બધા પર વિજય પ્રાપ્ત કરીશ.' અને અશોક જેવો નિર્દય રાજા અમિતાના પ્રેમ સુધાનું પાન કરીને પ્રેમમય જીવન જીવવા તૈયાર થયો. 'વૈરાણિ વૈર બઢતી.' :–વૈરથી વૈર શમતું નથી પરંતુ પ્રેમથી જ વૈર શમે છે અને જીવન આનંદમય બને છે. આ પ્રેમ માટે જે જે લખીએ તે થોડું છે. છતા પ્રેમ સુધાનું પાન કરનારનો આનંદ તો અનુભવગમ્ય છે તેનું વર્ણન લેખિની કરવા સમર્થ નથી. હે માનવો! પ્રેમસુધાનું પાન કરો અને પ્રત્યક્ષ તેના આનંદનો અનુભવ કરો. માનવનો બીજો શત્રુ સ્વાર્થભાવ છે. મનની અંદર સ્વાર્થભાવે પ્રવેશ કર્યો કે પછી તેના દિલમાં શાન્તિ કયાથી હોય? રાત દિવસ તે વિચારે છે 'આમ કરૂ ને સુખી થાઉ તેમ કરૂ ને સુખી થાઉં' જયારથી મનોમંદિરમાં સ્વાર્થના પગરણ થાય છે ત્યારથી તે માનવ ચેનથી સુઇ શકતો નથી અને તેની સુખની ઝંખના તીવ્ર બને છે જે સુખ પ્રાપ્તી માટે અનેક પ્રકારના પ્રયત્નો કરે છે, તે સુખ પ્રાપ્ત કરવા માટે એટલો આતુર હોય છે કે પછી તેની પ્રાપ્તી માટે કેટલું ભયંકર સાહસ કરવાનું હોય તો તે કરવાને તૈયાર થાય છે, અને ન્યાય, નીતિ, ધર્મ, પુણ્ય, એ બધાને તે વિસારીને સ્વાર્થરત અનીતિ, શોષણવૃત્તિ, સંગ્રહવૃત્તિ, આદિના વિચારોનો જન્મ તેના મનમાં થાય છે. સુખ લાલસામાં લીન બની તે ભાવ તેને પતન તરફ લઇ જઇ અધોગામી બનાવે છે તેથી હે માનવો! તમારા મનમાં સ્વાર્થ ભાવને પ્રવેશવા ન દેશો તે સુખ નહિ દુઃખ આપનાર છે. સુખની ભ્રમણામાં તમોને સંસારમાં પારભ્રમણ કરાવનાર છે. સ્વાર્થથી સુખ

મળે નહિ. સુખ તેા તમારેા સ્વભાવ જ છે. સુખ એ આત્મિક ગુણુ છે, તે આંતર વૈભવ છે, તે બહાર કયાંથી મળનાર છે આત્મિક સદ્દગુણેા જ માનવને સુખ આપનાર, શાન્તિ આપનાર છે. બાહ્ય વસ્તુઓમાં સુખ છે જ નહિ, તેા તેમાં તે કેવી રીતે મળશે, સાચી શાન્તિ, સાચુ સુખ આંતર વૈભવ, જીવન જ્યેાતિરૂપ આત્મિક ગુણેાને વિકસાવવાથી, તેને પ્રગટ કરવાથી જ મળે છે. તેના અભાવમાં સ્વાર્થવશ લાખેાપતિ કે કરેાડેાપતિ બનવા છતા માનવ સુખી બની શકતેા નથી. બંગલેા બનાવવાથી કે મેાટર મળવાથી પણ તેને તે વસ્તુએા સુખ આપવા સમર્થ બનતી નથી. આ જ્ઞાનીના વચનેા સદા યાદ રાખેા. સુખ તેા સતેાષમા જ વસેલ છે તેને તમારા મનમાં વાસ કરાવેા પરમાર્થ માર્ગમા ચાલવાથી જ સુખ શાન્તિ તમને મળશે. માટે દિલમાથી સ્વાર્થભાવને હટાવી. પરમાર્થના ભાવેાને વસાવેા, તેા તમારૂં ઇચ્છિત સુખ તમને મળશે. લેખકને એક શ્રીમંત બેન મળી હતી. ધન જ હતુ તેમ નહિ, તેનેા પતિ જીવીત હતેા, પુત્રેા હતા, પુત્રીએા પણ હતી, વહુએા પણ હતી. મકાન, વાડી, આદિ સર્વ હતુ. વ્યવહારિક દૃષ્ટિથી જોતા કઇ જ દૃઃખ હતું નહિ. પરંતુ તે બેન દડ દડ આસુએા વહેવડાવતી લેખક પાસે રડી રહી હતી. અને એટલી તરફડતી હતી કે જોનારથી પણુ તે સહેવાય નહિ. કરૂણતાથી દિલ ભરાઇ જાય તે રડતા રડતાં કહેતી હતી કે મારૂં મન ઘણુંજ અશાન્ત છે, મને જરા પણુ ચેન પડતું નથી હું શું કરૂ ? મને ઉપાય બતાવેા કેાઇના મનમા શકા થશે કે તેના શરીરમાં કેાઇ રેાગ હશે, તેમ પણ નહેાતુ છતાં તે વ્યગ્ર હતી એ ખરેખર સત્ય હતુ નજરે જોયેલું અને અનુભવેલું આ દૃષ્ટાત છે. કહેવાની મતલબ એ છે કે જ્યારે મનમા શાન્તિ જ ન હેાય તેા બાહ્ય વૈભવ તેને શાન્તિ આપી શકતેા નથી એક આત્મિક વૈભવ જ એવેા છે કે હરહાલતમાં માનવને સુખ શાન્તિ આપવા સમર્થ છે. બીજું કેાઇ ધન જન પરિવાર કે મેાટર બંગલેા કેાઇ સુખી કરવા

સમર્થ નથી. માટે હે પ્રિય વાચક! પરમાર્થિક વિચારોને મનમાં સ્થાન આપી સુખી બન તુ અમર જીવનનો યાત્રી છો તે સદા ધ્યાનમા રાખજે.

માનવનો ત્રીજો શત્રુ છે ભય એ માત્ર કલ્પના જન્ય જ છે. પણ માનવ તેનાથી કેવો ભયભીત થઇ જાય છે? તે મોટો શત્રુ છે. જેમ શત્રુ નુકશાન કરે છે તેમ ભય તો એટલુ નુકશાન કરે છે કે તેનુ વર્ણન કરવુ જ મુશ્કેલ છે

શાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે:–'ન ત અરી કંઠ છેત્તા કરેઇ,
જંસે કરેઈ અપ્પણિયા દુરપ્પા.'
ઉત અ ૨૦

અર્થાત્ શિરોચ્છેદન કરનાર દુશ્મન પણ જે અનિષ્ટ નથી કરી શકતો તેનાથી વધારે મનોવિકારો ભયાદિ શત્રુઓને વશ થનાર આત્મા પોતે જ પોતાનું અહિત કરે છે એ ભયના અનેક રૂપો છે, મૃત્યુ-ભય, લોક-ભય, ધન વિનાશનો ભય, રોગનો ભય ઇત્યાદિ ઘણા મનુષ્યો એવોજ વિચાર કરે છે કે મારૂં ધન હરાઇ જશે તો, ચોર લુંટી જશે તો, એવા અનેક પ્રકારના ભયનો વિચાર કરી દુઃખી થાય છે તો વળી કેટલાક મને હવા લાગી જશે, અરે હવા જે અમૃતમય જીવનદાતા છે તેનાથી પણ ડરે છે, તો કોઇ પાણીથી ભય પામે છે, ઠંડા પાણીથી સ્નાન કરીશ તો શરદી લાગી જશે કોઇ વળી તાપથી ભય કરે છે મને ગરમી લાગી જશે, કોઇ વળી અમુક ખાઇશ તો મને કબજીયાત થશે, અમુક ખાઇશ તો મારૂં માથુ દુઃખશે, અગર કફ કરશે, પીત કરશે, વાયુ કરશે, આવા આવા વિચારો કરીને ભયભીત થાય છે. અન્ન, જલ, તથા સુર્યનો તાપ, હવા, આ બધા તો જીવન રક્ષક તત્ત્વો છે. તેનાથી માનવ જેવો માનવ ભય પામે છે અને તેના અશુદ્ધ વિચારોને કારણે તે જીવનપ્રદ તત્ત્વો તેને અનિષ્ટ રૂપે પરિણમે છે અને જે જેવુ વિચારે છે તેવુ જ તે પામે છે. બીજુ આવે પણ કયાથી? આ તો કુદરતનો અચળ નિયમ

છે કે જેવુ વાવે તેવું લણે તેને બદલે જો એમ વિચારે કે, હુ અનત શક્તિવત આત્મા છું, આવા પદાર્થો મને કઇજ હાનિકર થવાના નથી, હું માનવ જેવો માનવ શા માટે ભય કરૂ, હું તો નિર્ભય આત્મા છુ, તો આ વિચારોનુ એટલુ બધુ શુભ ફળ મળે કે તેનુ વર્ણન કરવું અશકય છે માટે હે પ્રિય આત્માઓ! તમારી વિચાર શૈલીને પલટાવી નાખો તો જ સુખી થઇ શકશો, નહિ તો ભયરૂપ શત્રુના પજામા સપડાયા તો ખેર નથી એક પરિવારમાં પતિ-પત્નિ બે પુત્રો, બે પુત્રીઓ, અને વૃદ્ધ અધ માતા, એમ સાત જણ હતા એક સમયે ગામમા પ્લેગ આવ્યો અને તેના બન્ને પુત્રોને તે રોગે ઘેરી લીધા. તેના પિતાએ જ્યારે આ વાત સાભળી તો ભયને લીધે તે સ્વગૃહે પણ ન જ આવ્યો કે રખે મને તે રોગ થશે. પરંતુ ખરો રોગ તો ભયજ છે તે માનવ કયા સમજે છે? જો કે પિતાએ પુત્રની સેવા કરવી જોઇતી હતી પણ ભયભીત પિતાને કર્તવ્ય કર્મ કેમ સુઝે? તે બહાર જ રહ્યો, છતા ભયને કારણે બીજે કે ત્રીજે દિવસે મરણને શરણ થયો તેના ભયે જ તેને મૃત્યુના મુખમાં ધકેલી દીધો પુત્રો બન્ને રોગ મુક્ત થયા. કહેવાની મતલબ એ છે કે આ ભય જીવલેણ શત્રુ છે એક વાર બગદાદ શહેરને રસ્તે એક મુસાફર ચાલ્યો જતો હતો, ત્યારે તેને પ્લેગની દેવી મળી. તેણે પુછ્યુ તમે કોણ છો? તે દેવી કહે કે હું પ્લેગની દેવી છું અને બગદાદ શહેરમાં જાઉ છુ મુસાફરે પુછ્યુ કેટના જનનો સહાર કરવાના છો તેણે ઉત્તર આપ્યો (૫૦૦૦) પાચ હજાર ત્યાર બાદ તે દેવી પાછી વળી ત્યારે પણ તે જ મુસાફર મળ્યો. તેણે દેવીને કહ્યુ, તમે દેવી હોવા છતા જુઠુ કેમ બોલો છો? (૫૦૦૦) હજારને બદલે પાંચ લાખ માનવો બગદાદ શહેરમા મર્યા છે દેવીએ કહ્યું કે મે તો પાચ હજાર જ માર્યા છે, બાકીના જે માનવો મર્યા છે તે તો કેવલ ભયના કારણે જ મર્યા છે પ્રિય વાચકો! હવે તમે

ઉપરના દષ્ટાંતથી તમારા આ ભયરૂપી શત્રુના કારસ્તાનથી વાકેફ થયા હશો. આવા ભય રૂપી શત્રુને તમે તમારા મનોમંદિરમાંથી ધક્કો મારીને કાઢી મૂકજો એ મહેમાન તમારે યોગ્ય નથી, એ તમે સારી રીતે જાણી લીધું હશે. તેના માટે મનોમંદિરના દ્વાર બંધ રાખજો અને મનોમંદિરમાં એ વિચારોને સ્થાન ન આપશો, સતત આત્મ પ્રેરણા કરજો કે હું 'અભય આત્મા' છું. વારવાર તે જ વિચારનું રટણ ચાલું રાખવાથી ધીરે ધીરે ભયનો નાશ થઇ જશે. ભયના વિવિધ પ્રકારોથી મુક્ત થવા આ વિચારને દઢ રીતે મનમા સ્થાન આપો કે હું અમર અભય આત્મા છું. આ પ્રેરણા જ સર્વ પ્રકારના ભયોના ઘાતક રોગોનો નાશ કરવા માટે એક સંજીવની ઔષધી છે. જ્યારે માનવી આત્મિક સદ્‌ગુણો વધારનારા વિચારોમાં સંલગ્ન રહે છે, ત્યારે મનના બધા જ વિકારો નાશ પામે છે અને આત્મિક ગુણો ધીમેધીમે વૃદ્ધિગંત થાય છે. આત્મિક સદ્‌ગુણોમાં સર્વથી શ્રેષ્ટ ગુણ આત્મિક શ્રદ્ધા છે જ્યારે માનવીના મનમા આત્મ શ્રદ્ધા પ્રગટે છે તો તેના પ્રતાપે માનવી આપત્તિમાં-સંકટોમાં હારતો નથી ને ખુશાલીમા ફુલાતો નથી, નિરાશામા મુંઝાતો નથી ને જયવિજયમા તણાતો નથી શ્રદ્ધાદેવીનો મનોમંદિરમા જન્મ થતા જ બધા વિકારો અદશ્ય થાય છે અને એ શ્રદ્ધા જીવનને સ્થિર, શાન્ત ને દઢ બનાવી દે છે. શ્રદ્ધા સૂર્ય જેવી છે. હૃદયની ક્ષીતિજં પર ઊગે ત્યારે આખી દુનિયાની આગળ જાહેરાત કરીને ઊગે કે હુ આવી છું. અને હૃદયની સૃષ્ટિ એના આગમનથી નવ પલ્લવીત થાય છે. તેનું સૌંદર્ય વધે છે, તેજ જળહળે છે, વિવેક વિકસે છે જ્ઞાન ચક્ષુ ખુલે છે. અને જીવન દિવ્ય બને છે કહ્યું છે કે :—

> વિપદો નૈવ વિપત્તિ, સંપદો નૈવ સંપત્તિ, ।
> વિપદો વૈષ્ણવ વિસ્મૃતિ, સંપદો નારાયણ સ્મૃતિ ॥

કહેવાની મતલબ એ છે કે વિપત્તિ વિપત્તિ રૂપ નથી અને

સંપત્તિ સંપત્તિ રૂપ નથી. સાચી સંપત્તિ અને સાચી વિપત્તિ તો એ છે કે જ્યા પ્રભુનું સ્મરણ થતુ નથી તેજ વિપત્તિનું કારણ છે અને જ્યા પ્રભુનું સ્મરણ થાય છે પછી ભલે તે દરિદ્રી પણ કેમ ન હોય છતાં ત્યાં સાચી સપત્તિ છે. સાચી સંપત્તિ રૂપ તો પ્રભુ છે, આત્મા છે. તેનો ત્યાગ કરીને, તેને ભુલીને કોઇ કરોડપતિ થાય તોપણ તેની લક્ષ્મી વિપત્તિરૂપ છે, તેને શાન્તિ મળવાની નથી માટે હે સુજ્ઞજનો ! આંતર આત્મજ્યોતિનો પ્રકાશ પ્રગટાવો, આતર વૈભવનું જ મૂલ્ય છે, બહારના હીરા રત્નોનુ નહિં, આત્મ હીરાનુ જ મૂલ્ય કરતા શીખો અને તેનો ઉપાય આત્મિક વિચારો કરવા તે જ છે. બાહ્ય લક્ષ્મી ઉપાધિ રૂપ છે, જ્યારે આતર લક્ષ્મી નિરૂપાધિક છે. બાહ્ય લક્ષ્મીથી શાન્તિ મળે અને ન પણ મળે, જ્યારે આત્મિક લક્ષ્મી તો શાન્તિ રૂપ જ છે. તેનાથી પરમ શાન્તિ પ્રાપ્ત થાય છે અને તેજ સાચી સંપત્તિરૂપ છે, બાહ્ય લક્ષ્મીનો જો સદુપયોગ ન થાય તો તે વિપત્તિ રૂપ જ બને છે, પરભવ દુઃખરૂપ થાય છે અને અનેક યાતનાઓ ભોગવવી પડે છે. માત્ર આત્મિક સદ્ગુણોને પ્રગટ કરવા તે જ સાચી લક્ષ્મી છે. જે લક્ષ્મી પ્રાપ્ત થતા આ લોક અને પરલોક બન્ને સુધરે છે અને સાચુ સુખ પ્રાપ્ત થાય છે તે માટે જે લખીએ તે થોડુ છે

એક રાજા પરદેશમાં જતો હતો, તેને ઘણી રાણીઓ હતી. તેણે પોતાની રાણીઓને સદેશો મોકલ્યો કે તમારે જે જે પરદેશથી મંગાવવું હોય તેની યાદી કરીને આપો સર્વ રાણીઓએ પોતાના નામ સહિત પોતાને જે વસ્તુઓ મંગાવવી હતી તે લખીને કાગળો મોકલ્યા રાજા પરદેશમા ગયો, ત્યાથી પાછા ફરવાના સમયે બધી રાણીઓના કાગળોની યાદી પ્રમાણે સર્વ વસ્તુઓ લઇ લીધી. ફક્ત એક નાની રાણી જે હતી તેણે તો પોતાના કાગળમા લખેલ હતું કે મારે તો તમારા સિવાય કઇજ ન જોઇએ. રાજા પોતાને ગામ આવીને સર્વ રાણીઓએ જે જે મગાવેલ તે તે વસ્તુઓ આપી

અને નાની રાણીને ગૃહે સર્વ સંપત્તિ સહીત પોતે ગયો નાની રાણી તો સર્વ સંપત્તિની માલીક થઇ. તેવીજ રીતે રાજા સમાન પ્રભુ-આત્મદેવ છે અને બાહ્ય સંપત્તિ તે રાણીઓએ મંગાવેલ વસ્તુઓ છે. બાહ્ય વસ્તુઓ કદાચ ભાગ્ય યોગે મળે તો પણ તે વિનાશી હોવાથી સદાકાળ રહે જ નહિ અને જ્યારે તેનો વિનાશ થાય ત્યારે દુઃખ તો થવાનું જ અને નાની રાણીએ રાજાની માંગણી કરી તે સમાન પ્રભુ-આત્મદેવની પ્રાપ્તિ છે. આત્મ મળતાં તેની લક્ષ્મી પણ મળે જ. અને તે આત્મ લક્ષ્મી તો અવિનાશી છે, તેનો વિયોગ કદાપી થાય નહિ અને તેથી કદી દુઃખ ભોગ પણ કરવો પડે નહિ. હે સુજ્ઞજનો ! આત્મ લક્ષ્મી પ્રાપ્ત કરવા માટે આત્મિક વિચારણા, ચિંતન, મનન સદા કરો. જે જેવું વિચારે છે તે તેવો બને છે. જે જેવી ભાવના કરે છે, તદનુસાર તે ભાવનાનું ફળ મળે છે ભાવનામાં મહાન બળ છે ભરત મહારાજાએ ભાવનાના બળવડે કેવળ જ્ઞાન લક્ષ્મીને પ્રાપ્ત કરી હતી. ભાવના રૂપ અગ્નિ વડે કર્મના ચૂરા થઇ જાય છે, કર્મો ભસ્મીભૂત થઇ જાય છે. આવો આત્મ ભાવનાનો મહિમા છે, તે છતાં ભાવના ભાવનાને માટે બધા જ માનવો સ્વતંત્ર છે તેમાં પૈસાની કે ધનની કે કોઇ બાહ્ય સામગ્રીની જરૂરત પડતી નથી. ગરીબ હોય કે તવંગર, વૃદ્ધ હોય કે યુવાન, નિરોગી હોય કે રોગી, ગમે તેવી પરિસ્થિતિમાં પણ માનવ આત્મિક ભાવના કરવાને સ્વતંત્ર છે અને સુખને પ્રાપ્ત કરી શકે છે માટે હે પ્રિય વાચક! આ સુવર્ણ અવસરે નિત્ય નિયમ પૂર્વક આત્મિક ભાવના ભાવનાનો અભ્યાસ, શ્રદ્ધા અને ઉત્સાહપૂર્વક કરજો. આપણા જીવન વ્યવહારમા આપણે અન્યોન્ય સૂચના કરતા જ રહીએ છીએ, પરંતુ તેનું વિજ્ઞાન ઘણા ઓછા માણસો જાણતા હોય છે. તેનું જ્ઞાન સૂચનાની સ્પષ્ટ સમજ, આપણને હોવી જોઇએ. વળી સૂચનાની મન પર શી અસર થાય છે, તેનું જ્ઞાન પણ હોવું જોઇએ.

સૂચનાનો પ્રયોગ કરતી વખતે બહુ સાવચેત રહેવાની જરૂર છે. એવા ખોટા સૂચનો ન આપો, જેનું પરિણામ કોઇ પણ વ્યકિત માટે વિઘાતક નીવડે, આમ કરવાથી તમે તેને મોટું નુકશાન કરો છો, તેની કુસેવા કરો છો. બોલતા પહેલાં સારી રીતે વિચાર કરજો. સૂચન- વિજ્ઞાન અને સ્વ-સૂચન વિજ્ઞાનનુ સંપૂર્ણ જ્ઞાન શિક્ષકો અને અધ્યાપકોને હોવુ જરૂરી છે જો માનવો આ સૂચના શકિતના રહસ્યને જાણીને આચરે તો તેના ઘણા ખરા દુઃખોનો અંત જ આવી જાય. આજ તો એ વિજ્ઞાનને થોડા ઘણા માણસો જ જાણે છે. જો શિક્ષકો આ વિજ્ઞાનને સંપૂર્ણપણે જાણે તો તેઓ વિદ્યાર્થીઓનો અસરકારક રીતે ઉત્કર્ષ કરી શકશે. ડોકટરોને પણ સૂચન-વિજ્ઞાનનું સંપૂર્ણ જ્ઞાન હોવું જોઇએ. ચીવટવાળા, સહાનુભૂતિવાળા ડોકટરો બહુ થોડા હોય છે. જે ડોકટરોને સૂચન શકિતનુ જ્ઞાન હોતુ નથી, તેઓ દર્દીનું ભલુ કરવા કરતાં બુરુ વધારે કરે છે ખોટી રીતે બીમાર માણસોને બીવરાવીને તેઓ મારી નાખે છે સામાન્ય થોડો કફ હોવા છતાં ડોકટરો કહે છે, 'જુઓ ભાઇ ! તમને ટી. બી. થઇ ગયો છે, તમારે ભોવાલી અથવા પંચગીની જવું પડશે, ટી. બી. ના ઇન્જેકશનનો આખો કોર્સ તમારે પૂરો કરવો પડશે' બિચારો દર્દી ગભરાઇ જાય છે. ક્ષયની નિશાની પણ હોતી નથી, સાવ સાધારણ કેસ હોય છે, ઠંડીમા ખુલ્લુ શરીર રહેવાને કારણે છાતીમા થોડો કફ થઇ ગયો હોય છે એનુ કારણ ડોકટરોનુ વિનાશક સૂચન ડોકટરે તો આમ સૂચન કરવું જોઇતું હતું, "અરે કાઇ જ બીવા જેવું, ભય કરવા જેવું નથી, સાધારણ ઠંડી લાગી ગઇ છે, આવતી કાલે તો તમે બરાબર થઇ જશો જુલાબ લઇ લો અને નીલગિરીનું તેલ સૂંઘો. ખોરાક જરા વ્યવસ્થિત કરી નાખો, જો આજે ઉપવાસ કરી નાખો, તો વધારે સારૂ" આવો ડોકટર ભગવાન જ છે. એની પૂજા કરવી જોઇએ. હવે ડોકટર આમ કહેશે : "જુઓ સાહેબ ? તો તો હું

મારી પ્રેક્ટિસ ગુમાવી બેસું. આ દુનિયામાં મારૂં કાંઇ જ ચાલે
નહીં'ને" આ એક ભૂલ છે સત્ય હમેશા જીતે છે, તમે સહૃદય
અને માયાળુ હશો, તો લોકો તમારી પાસે દોડયા આવશે અને
તમારી ધરખમ પ્રેક્ટિસ ચાલુ રહેશે. સૂચનથી રોગ મટે છે આ
દવા વગરની સારવાર છે, સારા અને શકિતશાળી સૂચનથી ગમે
તેવો રોગ મટાડી શકાય છે, આ વિજ્ઞાન ડોકટરોએ શીખીને તેનો
અમલ કરવો જોઇએ. હોમિયોપથી, એલોપથી, આયુર્વેદ અને
યુનાની પદ્ધતિના તમામ ડોકટરોએ આ વિજ્ઞાનને સંપૂર્ણપણે
જાણી લેવું જોઇએ. તેમની પોતપોતાની પદ્ધતિઓની સાથે આ
પદ્ધતિનો સુમેળ સાધવો જોઇએ. આ સુખદ સમિશ્રણથી
તેમની પ્રેક્ટિસમા ધરખમ વધારો થઇ જશે બીજાના
સૂચનોથી, સરળતાથી ખેંચાઇ જાઓ નહીં. તમારૂં
પોતાનુ વ્યકિતત્વ જાળવી રાખો અત્યંત દૃઢ સૂચન,
જો કે કદાચ કોઇને તરત જ અસર નહી કરે, પરંતુ લાંબે ગાળે
ચોકકસ અસર કરશે જ, એ નિષ્ફળ જતુ જ નથી. આપણે બધાં
સૂચનની દુનિયામાં જીવીએ છીએ. બીજાના સહવાસથી અજાણપણે
આપણુ ચારિત્ર્ય હંમેશા ઘડાયા કરે છે જેમને આપણા મનમા
આપણે બહુમાન આપતા હોઇએ છીએ, આપણે દરરોજ જેમના
જેમના સંપર્કમા આવીએ છીએ, તેમનાં સૂચનો સ્વીકારી લઇએ
છીએ આપણે આ સૂચનો પ્રમાણે વર્તીએ છીએ, નિર્બળ મનનો
માણસ બળવાન મનના માણસોના સૂચનોને વશ થઇ જાય છે
આવી રીતે આ સૂચનો આપણા જીવન વ્યવહારમાં મહત્વનો ભાગ
ભજવે છે. માટે સારા સારા સૂચનો કરવાનો અભ્યાસ કરો એ
ખાસ જરૂરતુ છે

આત્મ સંકેત (ઓટો-સજેશન) આત્મ સંકેત-આત્મપ્રેરણા
એવો લાભકારક અભ્યાસ છે કે તમારે સહુએ તેનો અભ્યાસ રૂપ પ્રયોગ
કરવો જોઇએ તમામ રોગો દૂર કરવામા અને સ્વાસ્થ્ય અને શકિત

આ વામાં દવા જેટલું કામ કરે છે, એટલું જ કાર્ય આ ગૂઢ વિદ્યા પદ્ધતિ પણ કરે છે એક રીતે જોઇએ તો શિવોઽહમ્‌યુક્ત વેદાંત સાધનાના એક ભાગ જેવી આ પદ્ધતિ છે. ભારત માટે આ કોઇ નવીન પદ્ધતિ નથી, એનો બાહ્ય આકાર નવો છે, એટલુ જ. એમાં આશાવાદી, પ્રેરક, શક્તિશાળી વિધાનો કરવામા આવે છે.

દિવસે દિવસે દરેક બાબતમાં હું ઉચ્ચતર થાઉં છું-આ એનો મૂળ મત્ર છે. આ વિધાનને મનોમન રટતા રહો, સતત આજ વિચાર કરો, કીટભ્રમર ન્યાયે તમે જેવા વિચાર કરશો એવા જ તમે થશો "હું શક્તિશાળી છુ" એ વિચારથી તમે ખરેખર શક્તિશાળી બનશો, "હુંપાપી છું" એમ માનવાથી ખરેખર પાપી બની જવાશે. "સોઽહમ્" એમ વિચારવાથી તમે પરમાત્મા સમાન બની શકશો. મન સ્વર્ગનુ નરક બનાવે છે અને નરકનું સ્વર્ગ. મન જ મનુષ્યની મુક્તિ અને બંધનનુ કારણ છે નકારાત્મક, નિરાશાવાદી, અંધકારભર્યા વિચારો ન કરશો એમને બહાર તગડી મૂકો. એ મનમા પ્રગટે તેજ સમયે તેને હાંકી મૂકો, તેનો નાશ કરો, ભલે બાહ્ય દૃષ્ટિએ તમે તમારી રીતે હીન લાગતા હો, તો પણ તમારા મૂળ આત્મ સ્વરૂપથી ઇચ માત્રેય તમે આઘા ન જશો. તમે પરમાત્મા સમાન આત્મા છો, તમે સુર્યના સુર્ય છો જગતમાં તમારાથી શ્રેષ્ઠ કોઇ તત્ત્વ નથી, એ વિધાન પૂર્ણ અને પ્રબળ મનોયોગથી ચિંતવો, સ્વીકારો, તમારામા પ્રચંડ શક્તિ પ્રગટશે. ઇચ્છા શક્તિને પ્રબળ બનાવવા માટે આત્મસંકેત એક પ્રબળ અને સરલ સાધન છે. એ ઉપાયથી તમે કોઇ પણ મુશ્કેલીમાથી પણ પાર તરી જઇ શકશો. ગમે તેવી પરિસ્થિતિમા પણ તમે હસીને વિજય મેળવી શકશો. 'શક્તિ' એ શબ્દનું ભાવરૂપ કલ્પનામય ચિત્ર હંમેશા તમારા મનશ્ચક્ષુ સામે રાખો ભાવનામાં મહાન બળ છે એ વાતને સદા યાદ રાખો બીજી વાત એ છે કે તમારો ગમે તેવો

શત્રુ હોય, અહિત કર્તા હોય, અકલ્યાણ કર્તા હોય, અગર તમોને મહાન નુકશાન કર્તા કોઇ વ્યકિત હોય, છતાં પણ તેના માટે– તમો કોઇ દિવસ અશુભ ચિંતન ન કરશો. તેના માટે તમો અશુભ વિચાર, દ્વેષ, તેનું અહિત કરવાનો વિચાર કદાપિ ન જ કરશો. જ્ઞાની પુરૂષોએ કહ્યું છે કે–'તાકો જો કાંટા બોવે, તું ઉસકો ફુલ બોવ, તુજે ફુલકા ફુલ મીલેગા, ઉસકો કાટે કા કાટા મીલેગા:' કહેવાનો મતલબ એ છે કે જે કાંટા વાવશે તેને કુદરત કાંટા જ આપશે, અને જે ફુલ વાવશે તેને કુદરત ફુલ જ આપશે. કુદરતને ત્યા અન્યાય છેજ નહિ, ત્યાં તો અદલ ઇન્સાફ છે જેવુ વાવશો તેવું મળશે આમ છે તો પછી આપણે આપણા અહિતકર્તા પ્રત્યે દ્વેપ કે અશુભ ચિતન કરવાની શી જરૂરત છે? ન્યાય કરનાર તો કુદરત જ છે આપણે તો આપણું કર્તવ્ય બજાવવાનું છે તે અજ્ઞાનતા વશ અશુભને આદરે છે તો તું શા માટે જાણકાર થઇને તેનું અહિત કરે છે, ચિતવે છે? તો તો બન્ને જ બરાબર થયા. માટે હે સુજ્ઞ! તારૂ તો તેવે સમયે એજ કર્તવ્ય છે કે તારા શત્રુ માટે પણ ભલી ભાવના ભાવ. શુભ વિચાર કર. કે હે પ્રભો! તેને સદ્‌બુદ્ધિ આપો, તે નથી જાણતો કે તે શુ કરી રહ્યો છે તેના અજ્ઞાનને દૂર કરો, તેને જ્ઞાન પ્રકાશ આપો આવી રીતે જો તમે તેના પ્રત્યે શુભ ભાવો, શુભ વિચારો કરશો તો કદાચ સંભવ છે કે તેની બુદ્ધિ સુધરે અને તે તમારો મિત્ર બની જાય એકવાર કરીને તો જુઓ કે તેના કેવા સુફળ મળે છે અને તેથી બન્નેનું અહિત થતું પણ રોકાશે, બન્નેનો વિકાસ થશે. 'પ્રભુ મહાવીર સ્વામિને' જ્યારે સંગમ નામના દેવે ઉપસર્ગ કર્યો ત્યારે પ્રભુના નેત્રોમાં કરૂણાવશ આંસુ આવેલા કે એ મારા નિમિત્ત ન બધાય તો સારૂં છે, તેનુ અજ્ઞાન દૂર થાવ, મહાત્માઓનો સ્વભાવ જ એવો હોય છે કે તેને કોઇ શત્રુ કે મિત્ર રૂપ દેખાતુ જ નથી. હે ભવ્યો! વિકાસની કેડી પર ચાલવાનો આજ માર્ગ છે, તેના પર ચાલીને

તેના સુફળ તમે ચાખો

અભ્યાસ કરવાની રીત એ છે કે હંમેશા પ્રાત.કાલે વહેલા અને રાતના શાત સમયે (૧) કલાક શુભ અને શુદ્ધ વિચારો કરવામા વિતાવવો જોઇએ. શરૂઆત થોડા સમયથી કરો તો ચાલે અને વધતા વધતા (૧) કલાકનો અભ્યાસ કરવો જોઇએ. 'જે રોગી હોય તેણે વિચારવુ જોઇએ કે હુ નિરોગ, નિરામય આત્મા છુ.' જેને ક્રોધ દૂર કરવો હોય તેણે એવી ભાવના કરવી જોઇએ કે 'હુ ક્ષમાવત આત્મા છુ મને ક્રોધ ન જ થવો જોઇએ,' જેને ભયના રોગથી મુકત થવું હોય તેણે એમ વિચારવુ જોઇએ કે હુ 'નિર્ભય આત્મા છું.' આમ દરેક અવગુણની પ્રતિપક્ષ ભાવના કરવી જોઇએ અને જેટલો વિશ્વાસ, ઉત્સાહ અને શ્રદ્ધા હશે; તથા એકાગ્રતા હશે તેટલી જલ્દી સફળતા મળશે સફળતાનો બધો આધાર વિશ્વાસ પર નિર્ભર છે. સાથે–સાથે આમ પણ વિચારશો કે 'હુ પોતાને સર્વ હલકા, ખરાબ તથા અશુભ વિચારોને પ્રવેશ કરવા માટે મારો મનના દ્વાર બંધ કરું છુ ' અને શકિતશાળી, શુભ, ઉન્નત, સ્વપરે હિતકારી વિચારો ગ્રહણ કરવા માટે મારા મનના દ્વાર ખુલ્લા રાખુ છું." આ સિવાય જેને વિશેષ જાણવું હોય તેણે લેખકની 'ઉત્થાન અથવા ભાગ્ય સર્જન નવનિર્માણ' નામનુ પુસ્તક જે પ્રકાશીત થયેલ છે તે જોવુ ' *

પ્રાચીન સમયના મહાત્માઓ સૂચન શકિતની વિદ્યાને સપૂર્ણ–પણે જાણતા હતા. તેમના શબ્દોમા અદ્દભૂત બળ હતુ તેમના એક એક શબ્દમાં જાદુઇ તાકાત અને વિશિષ્ટ પ્રકારનુ આકર્ષણ

---

* આ પુસ્તક નીચેને સરનામે મળશે કુમારી રજનદેવી સૌ. ઓફ મહેતા બિલ્ડીંગ, બીજે માળે, ૧૨ મો રસ્તો, મધુપાર્કની સામે, ખાર–મુંબઇ–પર

હતું. સર્વ શ્રોતાઓ દિગ્મૂઢ થઇ જતા. આધ્યાત્મિક ગુરૂ બીજાના મનમાં એક પ્રકારનું શકિતશાળી સૂચન કરે છે, પરિણામે સાભળનાર તેનાં સૂચનોની અસર નીચે આવી જાય છે. દરેક બોલાયેલા શબ્દોમા બળ છે અહીં શબ્દની શકિત નોંધો. જો કોઇ માણસને કોઇ, 'સાલા' 'બદમાશ' કે 'મૂર્ખ'' એમ કહે, તો તરત જ તે ઉશ્કેરાઇ જશે, મારા મારી શરૂ થઇ જશે. પણ તમે જો કોઇને 'ભગવાન' 'પ્રભુ' કે 'મહાત્મા' અગર 'ભલાભાઇ' કહીને બોલાવશો તો તે તરત જ અત્યંત પ્રસન્ન જઇ જશે વિચારનો જેમ પ્રભાવ પડે છે તેમ શબ્દોની પણ અસર થાય છે. માટે શબ્દ શકિતનો પણ વિકાસ કરો અને ઉત્થાન, આત્મોત્થાન કરો

પ્રકરણ ૧૧ મું

ઉદાસીનતાથી મુકિત.

જે માનવીની પ્રકૃતિ આનંદમય છે જે આનંદના સમુદ્રમાં સદા સ્નાન કરે છે, મહાન વિપત્તીના સમયે પણ જેની મુખમુદ્રા પ્રશાન્ત રહે છે. ભયંકર દુઃખના આક્રમણ સમયે જેના મુખ પર હાસ્યની રેખા ઝલકતી રહે છે, તે પોતાના આનદમય સ્વભાવથી પોતાને લાભ કરે છે એટલું જ નહિં પણ અન્ય માનવોને પણ તેથી લાભ પહોચાડે છે. એવા આનદમય સ્વભાવવાળો માનવી જ વીર છે, બહાદુર છે. તે સંકટોથી ગભરાતો નથી, દુઃખોથી ભયભીત થતો નથી તેનું જીવન જડ પ્રકૃતિ પર વિજય કરવા માટે જ નિર્માણ થયુ છે, કેમકે સાધારણ માનવ એ પ્રકારની અલૌકિક વીરતા બતાવી શકતા જ નથી. ધણા મનુષ્યોનો તો એનો સ્વભાવ જ હોય છે કે જરા જરા વાતમાં ઉદાસીન થઇ જાય છે. અને ચેપી રોગની જેમ વિચારો પણ એક બીજાને અસર કરતા હોવાથી તે માનવ પોતાના ઉદાસીન વિચારોનું વિષ ચારે તરફ ફેલાવે છે અને ધણાને તેવા બનાવવામાં સહાયક બને છે.

પરંતુ આ બધા વિચાર અજ્ઞાન જનક છે આ દુનિયામાં માનવ ઉદાસીન રહેવા કે નિરાશાવાદી થવા જન્મેલ જ નથી. ઉદાસીનતાના અંધકારપૂર્ણ વિચારોનો ફેલાવો કરવા માટે આપણે અહિંઆ આવેલ નથી, એમ કરનાર પ્રભુનો અપરાધી બને છે. અમારો જન્મ તો આત્મવિકાસ કરવા માટે છે જડ પ્રકૃતિ પર વિજય કરવા માટે થયો છે પોતાના કર્તવ્યને જે વિસરે છે તે કુદરતનો અપરાધી બને છે પણ અજ્ઞાનતા વશ પોતાના માનવત્વને ભૂલીને રાતદિવસ ઉદાસીનતાના જ વિચારો કર્યા કરે છે જ્યારે જુઓ ત્યારે તે રોગ, દુર્ભાગ્ય, અને પોતાના દુઃખની રામકહાણી કરતા જ હોય છે અને તે જ વિચારોમા સંલગ્ન રહે છે. માનવી જેવો માનવી આમ વરતે તે કેટલા ખેદનો વિષય છે. એક માનવીને હુ ઓળખુ છું જે ઉદાસીનતા અને નિરાશાના વિચારોનો આધીન બનેલો છે. એની સ્વભાવિક વૃત્તિ કંઇક એવી જ બની ગઇ છે કે તે જયા જાય ત્યાં ઉદાસીનતાનું, નિરાશાનુ વાતાવરણ સર્જે છે. જે કોઇ તેના ચહેરા તરફ દેખે એના ચહેરા પર પણ ઉદાસીનતાની છાયા પડયા વિના રહેતી નથી. એની ઉદાસીનતાથી ભરેલ મૂદ્રા જોવાથી જણાતું હતુ કે જાણે સમસ્ત સંસારનું દુઃખ, વિપત્તિ એના માથે પડી છે. ગમે તેટલા ઉત્સાહી અને આનંદમય બનીને આપણે તેની પાસે જઇએ, તોપણ તેની ખિન્ન મૂદ્રા અને નિર્જીવ વાતોની અસર આપણા પર પડયા વિના રહેતી નથી જયારે પણ એની પાસે જાઉ ત્યારે મને એમ લાગે છે કે જાણે હું સૂર્યના તેજ પ્રકાશથી નિકળીને ઘોર અંધકાર તરફ જઇ રહ્યો છુ. અમને કુદરતે એ માટે આ દુનિયામાં મોકલ્યા છે કે અમે સદા આનંદમય અને પ્રસન્ન રહીએ. આનંદના સાગરમા હિલોળા ખાતા રહીએ અને ઉદાસીનતાને દૂર કરતા રહીએ.

મહાત્મા ઇમર્સને કહ્યું છે કે—'આનંદ અને ઉત્સાહયુકત મુખમુદ્રા જ અમારી શારીરિક, માનસિક ઉન્નતિ અને સભ્યતાની

પરમાવધિ છે" એ મનુષ્ય તરફ જોવાથી જેના મુખ-મંડળ પર અલૌકિક પ્રકાશ પ્રકાશી રહ્યો હોય, અપૂર્વ શાન્તિ ઝળકી રહી હોય, આત્મિક આનંદ પોતાનો પ્રકાશ ફેલાવી રહ્યો હોય, અમારા મનમાં પણ દિવ્ય ભાવોનો ઉદય થવા લાગે છે. એવા માનવોને જોઈને સ્વાભાવિક જ એમ જણાય છે કે એનો પરમતત્ત્વ સાથે સબંધ છે, એની દિવ્યતા વિકસી રહી છે પરમાત્મા સાથે એનો નિકટનો સબંધ બની રહ્યો છે જ્યાં જ્યા તે જાય છે ત્યા-ત્યાં સ્વભાવિક જ આનંદ, ઉત્સાહ અને આશાનો વર્ષાદ વરસાવતો જાય છે. પણ વિશ્વમા એવા માનવોની સંખ્યા બહુ જ ઓછી હોય છે. ઉદાસીનતા અને નિરાશા મનને નિબંળ બનાવવામાં સહાયક બને છે, કારણ કે તે અમારી એ શક્તિઓને નાશ કરે છે જે આધિ, વ્યાધિને અમારી તરફ આવતી રોકે છે

આત્મ-પતન અને ઉદાસીનતા જેવી ભયંકર બીજી કોઇ વસ્તુ નથી અદા ! જ્યારે એક આનંદી અથવા આશાપૂર્ણ આત્મા કોઇ એવી જગ્યાએ જાય છે કે જ્યા ઉદાસીનતા, અનુત્સાહ, નિરાશાના કાળા વાદળો છવાયેલા હોય છે, ત્યારે તે પોતાના હાસ્યપૂર્ણ સ્વભાવ, આનંદમય પ્રકૃતિ દ્વારા ત્યાંના વાતાવરણમા આનંદ, આશા, ઉત્સાહનું મનોહર આલોક ફેલાવે છે. ત્યાં ખેદુલ ખિન્ન મુદ્રાવાળા માનવીઓને એના દર્શન-માત્રથી અલૌકિક સુખનો અનુભવ થવા લાગે છે, ઉદાસીનતાને બદલે તેના મુખ પર આનંદ ને હાસ્યની રેખાઓ પ્રકાશવા માંડે છે.

ઘણા માણસો વિજયી અને સફળ થતા નથી તેનું કારણ એ છે કે તેઓ મનોવિકારોને વશ થઇ જાય છે, તેઓ મન-ઇન્દ્રિયોના ગુલામ બન્યા હોય છે. કોઇ પરિવારમા કેવળ એક જ માનવ ચિંતાતુર, ઉદાસીન રહે તો તેના કુટુમ્બના બધા જ માનવો ચિંતાતુર, ઉદાસીન અને ખિન્ન રહે છે. એવો માનવ પોતાની સાથે બીજાને

દુઃખી અને નિરાશ બનાવવાનો અપરાધ પોતાના શીરે લે છે. જે પોતે તો આનંદમાં રહેતો નથી, પણ બીજાના આનંદમાં પણ તે એક કાંટા સમાન બને છે. એ ઉદાસીનતા ને ચિંતાથી માનવ શરીર પર એટલી અસર થાય છે કે જાણે છ મહિનાની માંદગી કેમ ન હોય, તેટલું ચૈતન્ય હરાઇ જાય છે માનવ જેવો માનવ નાની નાની વાતો પર આવો બને તે કેટલા ખેદનો વિષય છે આ કેટલી હૃદય-દ્રાવક વાત છે કે એક બળવાન ને શક્તિશાળી મનુષ્ય, જે દુનિયામા વિકાસ કરવા માટે આવેલ છે, પોતાની શક્તિનો સંસારમાં અદ્ભૂત પ્રકાશ કરવા માટે જેનો જન્મ થયો છે, તે શુ આ પ્રકારે નિરાશાવાદી બનીને, સ્થિતિનો ગુલામ બનીને રહે, તો તો અમારા જીવન પ્રકાશ પર કાળો પડદો જ પડે ને! જે મનુષ્ય હજારો માણસોનો નેતા બનવાની શક્તિ ધરાવે છે, જેનામા સ્વ. પરતુ ઉત્થાન કરવાની શક્તિ છે, એવા મનુષ્યો આ માનસિક ભૂતોના પંજામા ફસાઇ જાય તે સાચે સાચ કેટલા ખેદનો વિષય છે. જે માનવ, માનવમાથી પરમાત્મા બનવા માટે અહિંઆ માનવ લોકમા આવેલ છે તે જ જો પોતાનુ જીવન ઉદાસીનતામા, નિરાશામાં, અનુત્સાહમા જ વ્યતિત કરે તો તેના જેવી ખેદની બીજી કોઇ વાત હોય શકે ખરી? જે માનવ મનને વશ કરનાર હોવો જોઇ તે જ મનનો ગુલામ બની જાય અને દુઃખમાં જ સડતો રહે તો તે મળેલ શક્તિનો દુરૂપયોગ જ છે અનુત્સાહ માનવની નિર્ણય શક્તિનો નાશ કરે છે. ભયવશ માનવ ગમે તેની મૂર્ખતાનુ કામ કરવા લાગે છે તેને માર્ગ સુઝતો નથી અને તે ગભરાટમા પડી જાય છે. એવે વખતે પોતાના મનને શાંત કરીને સ્થિર બની જાવ, પછી શાન્તિથી વિચાર કરો, જરૂર તમને માર્ગ મળી જશે જ્યા સુધી કોઇ વાતનો બરાબર નિર્ણય ન કરી શકો, મન શંકાઓ અને નિરાશા, ભય, ચિંતા વગેરે વિકારોથી અશાંત હોય ત્યાં સુધી નિર્ણય કરી શકાશે નહિ, પણ જ્યારે મન શાંત હોય ત્યારે જો નિર્ણય કરવામા આવે તો સફળતા અવશ્ય મળશે. કુદરત એ નથી

ઇચ્છતી કે માનવ મનોવિકારોનો ગુલામ બને પણ તે ઇચ્છે છે કે અમે તેને પોતાને વશ કરીએ અમારો જન્મ જ જડ તત્ત્વ પર પોતાનો અધિકાર કરવા માટે છે. ઉદાસીનતાનુ કારણ કોઇ પ્રકારનું દુઃખ જ હશે આવે સમયે માનવે પોતાની ઇશ્વરદત્ત બુદ્ધિનો ઉપયોગ કરવાનો છે દુઃખથી ગભરાઇ ન જતા વિચારવુ જોઇએ કે આ દુ:ખ શા માટે આવ્યું, કેમ આવ્યું, આ જગતમા કારણ કાર્યનો જ નિયમ બધે પ્રવર્તી રહ્યો છે. કાર્ય રૂપ તો દુ ખ છે પણ તેના કારણની શોધ કરવી જોઇએ કારણથી જ કાર્ય થયું છે એ વાત તો નિર્વિવાદ સત્ય જ છે. અને દક્ષ માનવ જો કારણ શોધશે તો જણાશે કે પોતાની કોઇને કોઇ ભૂલ અગર કુદરતના કાનૂનનો ભગ પોતે ભૂતકાળમા કરેલો છે જેના પરિણામ-ફળ: રૂપે જ આ દુ.ખ આવેલુ છે તો જો દુ:ખ ન જ જોઇતુ હોય તો મારે કુદરતના કાનૂનનું યથા યોગ્ય રીતે પાલન કરવુ જ રહ્યુ આમ વિચારીને વિવેકવત ઉદાસીન ન થતા પોતાની જાતને સુધારશે અને વિકાસને સાધશે જ્યારે અવિવેકી ઉદાસીનતામા ડુબીને વિકાસને રોકશે. એક પરિસ્થિતિથી લાભ ઉઠાવશે, જ્યારે બીજો તે જ પરિસ્થિતિથી લાચાર બનીને દુ:ખમય જીવન વિતાવશે દુ:ખ અને સુખનું કારણ દશ્ય જગતમાં નથી પરંતુ પોતાના આતર જગતમા જ છે. આ વાત વીરલાત્માજ જાણે છે. બાહ્ય જગતની કોઇ વસ્તુમાં એ તાકાત નથી કે તે માનવને સુખી કે દુ.ખી કરી શકે, છતા અજ્ઞાનતા વશ માનવ એમ ધારે છે કે સુખ, દુઃખનો આધાર બાહ્ય વસ્તુ પર નિભ'ર છે. આજ ભુલ, ભ્રમ, અનર્થોની પરપરાને સર્જે છે, મનો વિકારોને જન્માવે છે, હર્ષ, વિશાદને ઉત્પન્ન કરે છે હર્ષ અને વિશાદ રાગ દ્વેષને ઉત્પન્ન કરે છે રાગ, દ્વેષથી જન્મ મરણુ થાય છે અને જન્મ મરણુથી વળી એજ સુખ દુઃખ ઉભા થાય છે. આમ માનવ આ ચક્રમાં પીસાતો, પીલાતો રહે છે છતાં દુઃખથી છુટવાની અને સુખ પ્રાપ્ત

કરવાની આશા તેવીને તેવી બની રહે છે. પણ જો વિવેક વિચાર પ્રગટાવે તો આ ચક્રનુ મૂળ મળે અને પછી તેનો નાશ કરવા તે પ્રયત્નશીલ બને. બાકી દુઃખ આવ્યે પોતાનુ ભાન ભૂલીને ઉદાસીન થાય તો તેના દુ ખનો કોઇ દિવસ અંત આવે જ નહિ. જીવ સુખ જ ઇચ્છે છે, દુ.ખ તેને અપ્રિય છે. આમ હોવા છતા જ્યાં સુધી દુઃખોત્પાદક કાર્યોનો ત્યાગ નહિ કરે ત્યા સુધી દુ ખ દૂર થઇ શકે નહિં. જો જીવ તેવે સમયે પોતાની દુઃખ નિવૃત્તિ અર્થે સુકૃત્યોનો આશ્રય લે, પોતાના દુ.ખોને ભુલી પરના દુઃખો દૂર કરવા મન, વચન, કાયાથી સતત પ્રયત્નશીલ બને, તો જરૂર તેના દુ ખનો નાશ થાય આ કુદરતનો કાયદો છે કુદરતના કાયદાને જે અનુસરે તે જરૂર સુખી થાય. માટે હે પ્રિય વાચક ! દુઃખ, સકટો વગેરે કોઇએ મોકલેલા આવ્યા નથી, તારી જ ભૂલનુ પરિણામ છે. કુદરતને ત્યા અન્યાય નથી, ત્યા કોઇ દિવસ ભૂલ થતી નથી. માનવ ભૂલે છે, કુદરત કોઇ દિવસ ક્યારે પણ ભૂલ કરતી નથી માટે ઉદાસીનતાને ખ ખેરી ભૂલ સુધારવા પ્રયત્નવત બન તો શ્રેયને સાધી શકાશે પ્રથમ મનનો સુધાર આવશ્યક છે મનોમ દિરમાથી બધા જ વિકારોને દૂર કરી લે તો વિજય દૂર નથી. તુ વિચારીશ કે આ કાર્ય તો અઘરૂં છે, કઠિન છે, પણ તે વિચારને દૂર કરી નાખ. હુ અનંત શકિતવત આત્મા છુ, મારે માટે કઇ જ અસંભવ નથી, હું બધું જ કરવાને સમર્થ છુ આમ આત્મશકિતની સહાયતા લેવાથી બધી જ કઠિનતા તારા માર્ગમાથી છુમ તર થઇ જશે. ભય ન કર, તું અભય આત્મા છે. ભયાદિ વિકારો જડ છે. જડનો ભય તુજ આત્માને ના હોય. તે તો કાલ્પનીક છે, કલ્પનાનું ભૂત છે. તે સાચું નથી તારા સાહસ પૂર્વકના પુરૂષાર્થથી જ તુ વિજયને વરીશ. હે વીર ! હાર શબ્દને મનમાંથી દૂર હાંકીને તેની જગ્યાએ સદા વીરની જીત જીત શબ્દને સ્થાપ. બધા જ મહાત્માઓ આમ કરીને

વિજયને વર્યા છે. વીરતા અને નિર્ભયતા વિનાની ધનરાશી પણ સુખરૂપ નહિ પરંતુ દુઃખરૂપ જ બને છે, તે ભુલજો મા. મોટામાં મોટા ગણાતા ઔદ્યોગિક સામ્રાજ્યના એક અધિપતિ એક જ્ઞાની પાસે જઇને કપાળ કૂટીને કહે છે કે મારા જેવો કોઇ દુ:ખી નથી. અને ૨૮ લાખની એક એજન્સી લેનાર ભાઇ બગીચાના એક બાંકડા ઉપર બેસીને કહેતા હતા કે, "ભાઇ, મને ગમતું નથી. મનમાં અસહ્ય બેચેની છે." આમ શ્રીમંતોની આ દશા છે કારણ શું ? ઉત્તર એ છે કે કુદરતના કાનૂન વિરૂદ્ધ તેમણે લક્ષ્મી મેળવેલ છે. આંતર વૈભવ તરફ દુર્લક્ષ કરેલ છે. કુદરતે બક્ષેલ લક્ષ્મીનો તેઓએ સદુપયોગ કરીને આંતરવૈભવને, આતર જ્યોતિને ઉજ્જ્વલ કરેલ નથી. મનોમંદિરને સદ્ગુણોથી ભરેલ નથી અને વિકારોનો નાશ કરેલ નથી. ચાહે શ્રીમંત હો યા ગરીબ સર્વેને સુખી થવાનો એક જ માર્ગ છે અને તે વાસનાઓનો નાશ. મનોવિકારોનો નાશ કરવો, સ્વાર્થ રહિત થવું, જીવનને પરમાર્થમય બનાવવું, દુ:ખીયોના દુ:ખ દૂર કરવામા પોતાની જાતને ભૂલી જવી. એજ સુખ પ્રાપ્તીનો રાજમાર્ગ છે, અને ઉદાસીનતાને દૂર કરવાનો શ્રેષ્ઠ માર્ગ છે જો તમારે ઉદાસીનતાથી તથા દુઃખથી મુક્ત થવાની જિગરથી ઇચ્છા હોય તો કુદરતના કાનૂનને પ્રથમ જાણો અને પછી જીવનમાં તેને આચરો કુદરતના ન્યાયનું એક દૃષ્ટાંત : એક ગુરૂ અને શિષ્ય નદી કિનારે ચાલ્યા જતા હતા ગુરૂના પગને અચાનક ઝાડના કપાયેલા ઠૂંઠાની ઠેસ વાગી. ગુરૂના પગના અંગૂઠા-માથી લોહી નીકળવા માંડ્યુ. તે જોઇને શિષ્યને ખેદ થયો અને ગુરૂને કહ્યું કે જો આપ આજ્ઞા આપો તો કુહાડો લાવી આ ઠૂંઠાને ઉખેડી નાખુ. ગુરૂએ કહ્યું ન્યાય આપવો તો કુદરતનું કામ છે, તારા હાથમા તું ન્યાય ન લે.

પંદરેક દિવસ વીતી ગયા. ગુરૂનો પગ પાકીને દડા જેવો થઇ

ગયેા. શિષ્યની બેચેની વધતી હતી તેણે વિચાર્યું કે ગુરૂ તેા હેરાન થાય છે પણ પેલા ઝાડના ઠૂઠાની શી હાલત છે અને તેને ન્યાય મળ્યેા છે કે નહી તે લાવ જોતેા જાઉ શિષ્ય નદી કિનારે જાય છે. ત્યા જોયું તેા ઝાડનું ઠૂંઠુ તેા વરસાદ આવવાથી નવપલ્લવિત થયું હતું અને પૂરી શેાભાથી મહાલી રહ્યું હતું. શિષ્યે આવીને ગુરૂ પાસે વેદના ઠાલવી કે કુદરતમા શું આવેા ન્યાય છે ? પેલુ ઠૂંઠું તેા સુદર વૃક્ષ બની ગયું અને તમારેા પગ તેા જુએા. લેાહી પરુથી લથબથ થઇ ગયેા છે. ગુરૂએ કહ્યુ કે ન્યાય કુદરતના નૈસર્ગિક ક્રમમાં ચાલ્યેા આવશે તને ઉતાવળ છે, કુદરતને ઉતાવળ નથી એક વર્ષ પછી તેએા ફરી એ ગામ પાછા ફર્યા ત્યારે શિષ્યે નદી કિનારે એ વૃક્ષની તપાસ કરી, પણ વૃક્ષ દેખાયું નહી તપાસ કરતા માલૂમ પડ્યું કે નદીમા પૂર આવવાથી તે વૃક્ષ જડ-મૂળથી ઉખેડાઇ ગયુ હતુ. શિષ્યને ત્યારે સમજાયુ કે જો ગયા વર્ષે તેણે વૃક્ષના ઠૂંઠાને કુહાડાથી કાપ્યુ હેાત તેા પણ એ ફરીથી ઊગવાનું હતું. કારણ કે તેના મૂળ જમીનમા ઊડા હતાં, પણ કુદરતે તેા તે મૂળને જ ઉખેડીને આ વૃક્ષની સર્વથા નાબૂદી કરી કુદરતના ન્યાયની આ વાત છે. માનવી તેને પેાતાની બુદ્ધિથી માપવા જાય તેા તે કેમ માપી શકે ? માટે કુદરતના રાજ્યમા જે બને છે, બની રહ્યું છે, અને હવે પછી બનશે તે સર્વ કુદરતના કાનૂનને અનુસરીને જ માટે દુઃખ કે ઉદાસીનતાના સમયે એ વિચારેા કે એ કુદરતના કાનૂનને અનુસરીને આવેલ છે માટે ઉદાસીન ન થતા તે પેાતાની ભૂલનુ જ પરિણામ છે, તેને સુધારવા પ્રયત્ન કરવેા જરૂરી છે જે તેમ ન કરતા તેને આધીન થશે તે વિનાશને જ નેાતરશે અને તે પણ કુદરતના કાનૂન અનુસાર જ શેાક કે ઉદાસીનતાથી લેાહીમાં એક જાતનુ વિષ ઉત્પન્ન થાય છે એક બલવાન, સશકત, ઉત્સાહી સભ્ય પુરૂષ ઘણું ફરવાથી થાકીને એક હેાટલમાં આવ્યેા ત્યારે તેને

ઘણીજ ભુખ લાગી હતી એજ સમયે તેના નામનો એક તાર આવ્યો એમા શોકજનક સમાચાર હતા જેને વાચવાથી તે બીલકુલ સુસ્ત અને ઉદાસ થઇ ગયો. એની ભૂખ ન માલુમ કયા ચાલી ગઇ એના મિત્રોએ એને જબરજસ્તીથી ભોજન કરાવ્યું, તો એનુ પરિણામ એ આવ્યુ કે તે બે કલાકમા મરી ગયો આ વાતથી એ વિચારવાનું છે કે એક નિરોગ, સ્વસ્થ મનુષ્યને અતિશય ભૂખ લાગી હતી અને એનું મન પણ ભોજન માટે આતુર હતુ, એજ સમયે લોહીનો પ્રવાહ જે આમાશય ને પાચનના અવયવોની તરફ હતો–તે શોક–સમાચાર શ્રવણ કરીને મસ્તક તરફ વેગર્થી. ચાલવા લાગ્યો જે કારણથી એની માસપેશિયો વગેરે નિર્બળ પડી ગયા. અતમા તીવ્ર શોકથી લોહી વિષાક્ત બનવાથી એનું મૃત્યુ થયું કહેવાની મતલબ એ છે કે આમ શોક, ઉદાસીનતાથી રોગ, મૃત્યુ વગેરે થાય છે, પણ જો વિવેકથી આવા સમયે વિચારવામાં આવે તો મનોવિકારોનો વેગ શાન્ત થાય છે અને વિનાશક પરિણામો રોકાય છે કુદરતના કાનૂનનું વિજ્ઞાન જો માનવ જાણતો હોય તો તેનો આત્મવિશ્વાસ તેને વિનાશથી બચાવી શકે, બીજો કોઇ ઉપાય ત્યાં કામ લાગે નહિ. જે કઇ અનિષ્ટ બને છે તે કુદરતના કાનૂન અનુસાર જ બને છે આ વિજ્ઞાન માનવ જાતને મનોવિકારોથી બચાવવાને જ સમર્થ છે. કુદરતી વિજ્ઞાનને જાણનાર આત્મ–વિશ્વાસુ જ ઇષ્ટ અનિષ્ટ સંયોગોમાં પ્રશાંત રહી શકે છે અને તે પ્રશાન્ત ધીર પુરૂષ જ પ્રકૃતિ પર વિજય કરી પોતાનું શ્રેય સાધી શકે છે. તે મનોવિકારોનો દાસ ન બનતા તેને પોતાના દાસ બનાવશે. જે પોતાના મન ઇન્દ્રિયોનો સ્વામિ છે, માલીક છે તે જ શિવ માર્ગમાં ચાલનાર શિવને પામે છે આ તાકાત અવ્યકતપણે સર્વ માનવીઓમાં છે, તે અવ્યકતને વ્યકત કરવી તે પ્રત્યેક માનવનું કર્તવ્ય જ છે. અને જે વીર ધીર માનવ તે શકિતને વ્યકત કરશે –તે જરૂરથી દુઃખ મુકત થશે અને તેને પછી ઉદાસીન થવાનું

કારણુ જ નહિ રહે. આ છે દુઃખ નિવૃત્તિ અને ઉદાસીનતાથી મુક્ત થવાનો રાજમાર્ગ. જે બધા માટે ખુલ્લો છે જે અપનાવશે તે તેનાથી મુક્ત થશે

પ્રકરણ ૧૨ મુ

પ્રેમમય શિક્ષણનો પ્રભાવ

એક સ્ત્રી ઘણા બાળકોની માતા હતી. તે પોતાના બાળકોને મારતી ન હતી કે ધમકાવતી પણ ન હતી. લોકો એને કહેતા હતા કે તમે તમારા બાળકોને બગાડી દેશો. તમે તેને સુધારી નહી શકો, કેમકે લાડથી બાળકો બગડી જાય છે પણ પાછળથી તેજ લોકોને આશ્ચર્ય થયું કે તે બાળકો ઉચ્ચ ચારીત્રશીલ બનેલા હતા, તેના સ્વભાવમાં અપૂર્વ વિકાસ થયેલો હતો. આ બધું જોઇને તે લોકોએ વિચાર્યુ કે વાસ્તવમાં પ્રેમમય શિક્ષણથી જ બાળકોનું પાલન-પોષણ થવું જરૂરનુ છે પ્રેમ જ બધા રોગોનું પરમ ઔષધ છે. પ્રેમ જ જીવન દાતા છે, પ્રેમ જ જીવન છે, પ્રેમ જ અમારી બધી વ્યથાઓને શમન કરનાર મંત્ર છે અને પ્રેમ જ આનદ દાતા પારસમણિ છે. અમારે જાણવું જોઇએ કે આરોગ્યનું મૂળ-તત્ત્વ પ્રેમ જ છે! પ્રેમ જ અમને પ્રભુ સાથે એકરૂપ કરનાર છે. જ્યાં પ્રેમનું રાજ્ય છે ત્યાં મનોવિકારો ફરકવા પામતા નથી. પ્રેમ જ શાન્તિદાતા છે, પ્રેમ જ આનંદનો સ્રોત છે. પ્રેમ જ મોટો શિક્ષક છે જે કંઇ અમારા સુખ પર વજ્રઘાત કરે છે, પ્રેમ એનો નાશ કરે છે. પ્રેમ જ અસંતોષરૂપી મહાન વ્યાધિની રામબાણ ઔષધી છે. પ્રેમ જ દ્વેષ, મત્સર, ઇર્ષ્યા, વગેરે દુર્ગુણોનો ઉપશામક છે દયાથી જેમ દુષ્ટતાનો નાશ થાય છે તેમ જ પ્રેમ અને ઉદાર સહાનુભૂતિથી મનોવિકારોનો નાશ થઇ જાય છે.

માતાના જીવનની અસર મોટે ભાગે બાળકોના જીવન પર

પડે છે. માતા જ બાળકના જીવનની ભાગ્ય વિધાત્રી છે. માતા જ પોતાના બાળકોને ચારિત્રવાન બનાવનાર છે માતા જ પોતાના બાળકોને વીરતામા મહાવીર સમાન બનાવી શકે છે માતા જ પોતાના પુત્ર પુત્રીઓને ધર્મવાન, ગુણવાન બનાવનાર છે નિઃસ્વાર્થતાનો પાઠ પણ બાળક માતા પાસેથી જ શીખે છે. માતાના પ્રેમમાં રંગાએલ બાળક પ્રેમમય બને છે. એ માટે માતાઓએ બાળકોને સદ્ગુણી બનાવવા માટે પોતે સદાચારનું પાલન કરી પોતાનો આદર્શ બાળકો સમક્ષ ઉપસ્થિત કરવો તે અતિ આવશ્યક છે. પરંતુ કેટલીક અજ્ઞાન માતાઓ પોતાના બાળકોનુ ભાવિ અજ્ઞાનવશ બગાડે છે તે તેને ભય બતાવે છે જો રડીશ તો બાઉને પકડાવી દઇશ. જો હાઉ આવ્યો, જો ત્યાં જઇશ નહિ, ત્યાં ભૂત છે. વગેરે વાતો કરીને તે નાના કોમળ બાળકને ભયભીત બનાવે છે, અને તે ભયના સંસ્કાર બાળકના નિર્દોષ મન પર અંકિત થાય છે. તેથી તે બાળક ભવિષ્યમા સાહસિક બનવાને બદલે ડરપોક બને છે અને ડરપોક માનવ જ કાયર હોય છે. કાયરો કંઇ જ કરવાને સમર્થ હોતા નથી. કાયરોથી ધર્મ પાલન પણ થતો નથી તો તેનો વિકાસ તો કેવી રીતે થવાનો હતો ? તે માટે નેપોલીયને કહ્યું છે કે "જો દેશની આબાદી ઇચ્છતા હો તો, દો માતાને જ્ઞાન" જો તમારે દેશને સમૃદ્ધ અને આબાદ બનાવવો હોય તો માતાને જ્ઞાન આપો કારણ બાળકો નિર્ભય અને ચારિત્રવાન બને તેનો બધો આધાર માતા પર છે અને ચારિત્રવાન અને સંયમી વીરો વડેજ દેશ સમૃદ્ધ અને આબાદ બની શકે, કાયરોથી નહિ. બાલ્યકાળમા બાળકનું મન સાફ હોવાથી ત્યાં જે વાતાવરણમા એ રહે છે, જે વિચારો તેના વડીલો કરે છે, આચરણ કરે છે તેની છાપ તેના મન પર પડે છે અને તે સંસ્કારો તેના ભાવિનુ નિર્માણ કરે છે. માટે સુજ્ઞ માતાએ સદા સારા સારા વિચારો, જેવા કે નિર્ભયતાના, પ્રેમના, દયાના, કરૂણાના, વીરતાના, પરમાર્થના વિચારોથી બાળકના મનને

ભરવું જોઇએ, જે વડે તેનુ ભાવિ પ્રકાશમાન બને એનાથી વિપરીત જો માતા અજ્ઞાનતાવશ બાળકના મનમાં ભય, અસત્ય, અકરૂણા, આદિ દુષ્ટ વિચારોના બીજ વાવશે તો બાળકનુ ભાવિ અંધકારમય બનશે બાળકના જીવનનો બધો આધાર માતાની શિક્ષા પર નિર્ભર છે. માતાની શિક્ષા વડે એક બાળક આત્મોત્થાન કરશે જ્યારે એક બાળક શિક્ષાના અભાવે આત્માનુ પતન કરશે બાળકોનું જીવન સંયમપૂર્ણ બનાવનાર માતા જ છે, તેથી વિપરીત અસંયમી જીવન બનાવનાર પણ માતા જ છે. જે માતા પોતાના બાળકોને સંયમી બનાવવા ઇચ્છતી હોય તેણે સર્વ પ્રથમ પોતાનાં સયમપૂર્ણ જીવનનો આદર્શ બાળક સામે ખડો કરવો જરૂરી છે અને ત્યારબાદ બાળકને તેવું શિક્ષણ આપવુ જોઇએ. તે ઉપરાત દરેક ક્રિયામા બાળક સંયમી બને તેવુ વર્તન કરાવવું જોઇએ, પરતુ ઘણી માતાઓ અજ્ઞાનતાવશ બાળકને અસંયમનો પાઠ શીખડાવે છે પ્રથમ તો આપણે રસેન્દ્રિયના સયમ વિશે વાત કરીએ. કારણ કે પાંચ ઇન્દ્રિયોમા રસેન્દ્રિય જ વશ કરવી મુશ્કેલ છે અને જો રસેન્દ્રિયનો વિજય કરી શકાય તો પછી ચાર ઇન્દ્રિયોને વશ કરવા સરલ બને છે. ધારો કે એક નાનું બાળક છે તે બાળક તો બોલી શકતું નથી અને તેથી તેને કંઇ પણ હરકત થાય છે ત્યારે તે રડવા લાગે છે. તેના પેટમા દર્દ થાય તો તે રડે, તેને ઠડી લાગે તો રડે, ગરમી લાગે તો રડે, એમ ગમે તે દુઃખ દર્દમા તે રોવાનુ શરૂ કરે છે ત્યારે જે માતા અજ્ઞાની હોય છે તે તે શા કારણથી રડે છે તેની તપાસ ન કરતાં જ્યારે જ્યારે બાળક રડે છે કે તેને સ્તનપાન કરાવે છે બાળકના દરેક દુઃખ દર્દની દવા તે એક જ રીતે કરે છે. જો કે બાળક તેથી ઘડીભર માટે શાન્ત થઇ જાય છે, પણ વારમ્વાર તેને સ્તનપાન કરાવવાથી ત્યારથી જ તેની રસેન્દ્રિય અસંયમી બની જાય છે. બાળકોના મન નિર્દોષ હોવાથી તેના

મનમા સંસ્કારો દૃઢ રીતે જામી જાય છે. આ સસ્કાર તેના જીવનમા મોટો ભાગ ભજવે છે. અને તે કારણે બાળકના જીવનમા તેથી કુસંસ્કારનું જોર વધે છે અને બીજા પણ અનર્થોની પરંપરા સર્જાય છે. જેમ કે એક યુવાન બહેને એક બાળકીનો જન્મ આપ્યો. કર્મસંયોગે તે બહેનને દૂધ આવે નહિ. પ્રસુતિ ગૃહમા તેઓ હોવાથી ત્યાં બાળકીને ત્રણ ત્રણ કલાકે ઉપરનું દૂધ કે કંઇ આપતા હશે તે ખ્યાલ નથી, પરંતુ દશ દિવસ બાદ તેઓ પ્રસુતિગૃહમાથી પોતાને ગૃહે આવ્યા ત્યારે તેને શીશીનું દૂધ પાવાનું ચાલુ કરેલ, પણ તે બાળકી જયારે રડે ત્યારે તેની દાદીમાં તેના મુખમાં શીશી આપે. આ કારણથી બાળકીના પેટમાં દર્દ થવાથી વધારે રડે. ત્યારે અજ્ઞાની દાદી તો તે જ ઉપાય કરે. તેમ થતા તે બાળકીનું દર્દ વધારે થયું અને રાતના પણ રડવા લાગતી. ત્યારે તેની દાદીમાએ અફીણ ખવરાવ્યું. આ છે અજ્ઞાનતાનુ દર્શન અને અફીણનું ઘેન ચઢયુ તે શાનું ઉતરે. એકવાર સારૂં થયું અને બીજી વાર મરણને-શરણ થઇને પ્રભુને ગૃહે તે બાળકી સીધાવી ગઇ. અજ્ઞાની માતાઓ શત્રુઓની ગરજ સારે છે. માટે બહેનોને બાળ ઉછેરનુ જ્ઞાન આપવું જરૂરી છે. નાના બાળકોને તું નમાલો છે, બીકણ છે, તારામાં અકકલ નથી, તું કંઇ જ કરી શકવાનો નથી, આવા આવા શબ્દો ન કહેવા જોઇએ, તેમ જ તેને વધારે પડતા ધમકાવવા ન જોઇએ. તેની સાથે તો શાન્તિ અને પ્રેમપૂર્વક વરતવુ જોઇએ અને પ્રેમથી જ બધું શીખવવું જોઇએ. અમારી પાસે એક માનસિક ચિકિત્સાની પુસ્તિકા આવી છે તેમાં કેટલાક નવયુવાનો માતપિતાનો પ્રેમ ન મળવાને કારણે ભયંકર રોગી બન્યાના ઘણા જ દૃષ્ટાંતો છે. બાળકના નિર્દોષ અને કોમળ હૃદયમાં આથી આઘાત થાય છે, અને તેથી ભયકર રોગો ઉત્પન્ન થાય છે, જેનો ઉપચાર ડોકટરો પણ કરી શકતા નથી. પ્રેમના અભાવે બાળકનું જીવન વિષમ બની

જાય છે. માટે માતપિતાનું ખાસ કર્તવ્ય છે કે તે પોતાના બાળકોને પ્રેમથી શિક્ષણ આપીને તેનો વિકાસ સાધે. નિર્દોષ બાળકોનો વિકાસ પ્રેમપૂર્ણ વ્યવહાર કરવાથી જ થઇ શકે છે. દમન નીતિથી કોઇ વિકાસને સાધી શકતું નથી. ચોર લૂટારા જેવા ભયંકર માનવી પણ પ્રેમથી સુધરી જાય છે. બગદાદ શહેરમાં સાહુ નામનો ચોર હતો, તે ચોર વિદ્યામાં પ્રવિણ હતો. તેના કાર્યથી રાજા પ્રજા ત્રાસી ગયા હતા. તેને સરકારે દસમી વાર પકડયો અને જેલમાં નાખ્યો. આ દસમી વાર સરકારના હુકમથી તેના બન્ને હાથ કાપી નાખવામાં આવ્યા. સરકારે વિચાર્યું કે હાથ નહિ હોય તો ચોરી કેવી રીતે કરશે ? પરંતુ ચોરીનું જે કર્મ થતું હતું તે તો મનના સંસ્કાર વશ થતુ હતું. હાથ કપાયા છે પણ મન તો તેવુ જ છે, તેથી ચોરી કેમ અટકે ? તેના મિત્રે એક દિવસ તેને જેલમાંથી ગુપ્ત રીતે છોડાવ્યો અને જેલથી બહાર આવતા-વેંત જ ચોરી કરવા માટે તેનું મન તૈયાર થયું. ન ભૂખનું ભાન, ન તૃષાનું ભાન, ભાન માત્ર છે એક ચોરી કરવાનું. આ બધો પ્રભાવ છે મનોમય સંસ્કારનો, સરકારની દમન નીતિ બિચારી અહિંઆ શુ કામ આવે ? માર પીટ કે ત્રાસ આપવાથી વ્યકિતનો સુધાર ન જ થાય, સુધાર માટે તો માનવમા જે સુષુપ્ત શકિત પડી છે તેને જાગૃત કરવાથી જ માનવીય જીવન પલટાઇ જાય છે તે ચોર અને તેનો મિત્ર બગદાદ શહેરમાં બહુ ફર્યા પણ તેમને ચોરી કરવા લાયક કોઇ યોગ્ય સ્થળ મળ્યુ જ નહિં, આથી તેનો મિત્ર કંટાળીને ચાલ્યો ગયો, પણ આ ચોર એમ કંઇ કંટાળે તેવો ન હતો તે તો ધૂમવા જ લાગ્યો, ફરતા ફરતા એક મોટો આલી-શાન મહેલ તેની દૃષ્ટિએ પડયો, વળી તે મહેલના દરવાજા ખુલ્લા હતા અને દરવાજે રોક ટોક કરનાર કોઇ દ્વારપાલ પણ ન હતો, પછી ત્યાં જવામાં શી હરકત ? ચોરે તે મહેલમાં પ્રવેશ કર્યો અને તે ચારે તરફ ત્યાં ફરવા લાગ્યો, કેમ કે ત્યાં તેને રોકનાર જ કોઇ

ન હતું. ચોરે તપાસ કરી તો ત્યાં લેવા યોગ્ય, ભારી ભારી કિંમતના શાલ, દુશાલા હતા. ચોરે ભારી કિંમતના તે શાલ-દુશાલાને એકત્ર કર્યા અને પછી એક વસ્ત્રમાં તેને બાંધવાનો પ્રયત્ન કર્યો. પણ હાથ કપાયેલ હોવાથી તે બાંધી શકાય તેમ હતું નહિં. ચોર વિચારે છે હવે શું કરવું ? ત્યાં જ તેને એક ગરીબ જેવી વ્યકિત દેખાણી. તેણે તેને ઉદ્દેશીને કહ્યું તું કોણ છો. તે વ્યકિતએ કહ્યું હું ગરીબ માણસ છું; પેટનો ખાડો ભરવા માટે ફરૂં છું. તેણે કહ્યું આ કપડા બાંધીને મારી સાથે ચાલ તને યોગ્ય બક્ષીસ આપવામાં આવશે. તે વ્યકિતએ તે પ્રમાણે કર્યું. પછી તે ગાસડીને માથે લઇને તે આગળ અને પાછળ ચોર ચાલવા લાગ્યા. રાત પણ હવે થોડી જ રહી હતી અને ચોર તો રસ્તાનો જાણકાર હતો, જ્યારે નવીન વ્યકિત રસ્તાની અજાણ હતી તેથી ચોર તેને વારંવાર કહેતો કે જલ્દી ચાલ બદમાસ વગેરે અપશબ્દ પણ બોલતો. ગડદાપાટુ પણ લગાવતો. પણ તે વ્યકિત શાન્તિથી પોતાનું કામ કર્યે જતી હતી. ચાલતા ચાલતા ચોરનું ઘર આવ્યું અને તે ગાસડી તે વ્યકિતએ ત્યાં મૂકી અને તે ચાલવા લાગ્યો ત્યારે ચોરે બૂમ મારી કે ભાઇ તારો ભાગ લઇ લે પછી જજે. સાહૂકારો કરતા ચોરો નીતિવાન હોય છે તેથી જ પોતાના વચન ખાતર તેણે તે વ્યકિતને પોતાનો ભાગ લઇ જવા વિનવ્યો. પણ ત્યાં એક અદ્ભૂત આશ્ચર્ય થાય તેવું તેણે સાભળ્યું. તે વ્યકિત બોલી મારે ભાગ જોઇતો નથી હું તો તે મહેલનો માલીક છું; અને તે સડાસડાટ ચાલ્યો ગયો. ચોર તો આ સાંભળીને દિગ્મૂઢ જ થઇ ગયો અને વિચારે ચડયો. થાક, ભૂખ બધું જ વિસરી ગયો. અને ચોરના દિલનું અદ્ભૂત પરિવર્તન ગુપ્ત માનસમાં થવા લાગ્યું. તેનો મિત્ર આવ્યો તેને કહે મને ત્યાં જયાં મેં ચોરી કરી છે ત્યા લઇ ચાલ અને બન્ને મિત્રો તે મહેલમાં ગયા, જ્યાં એક મહાત્માનો વાસ હતો તેઓ પોતાના શિષ્યોને બોધ

આપી રહ્યાં હતા. ચોરે તે વ્યકિતને ઓળખી અને તેના ચરણમા પડયો અને કહેવા લાગ્યો મને તારો, હુ તમારો શિષ્ય છુ. મહાત્માઓને કોઇ ભેદ હોતો જ નથી તેમણે તેને છાતી સરસો ચાંપ્યો. બન્નેની આખો આંસુથી ભીની થઇ અને ચોર ચૌર્ય કર્મથી મુકત થઇ ગુરૂના બોધે એક મહાત્મા બન્યો. સરકારની દમન નીતિએ જે ન કર્યુ તે એક મહાત્માના પ્રેમે કરી બતાવ્યુ પ્રેમ ભોગ માગે છે. પ્રેમી સહન કરીને પોતાનો આદર્શ બીજા સમીપ ઉપસ્થિતિ કરે છે તે આદર્શની છાપ સામી વ્યકિત પર એવી પડે છે કે તે તેનો ઉપાસક બને છે. સરકારની દમન નિતી સુધારવા માટે કાર્ય-પ્રદ નથી, પ્રેમ નીતિથી જ સાચો સુધાર સંભવે છે.

પ્રેમળ જ્યોતિ

કુમળી વયના અબોધ-બાળકોનુ જીવન ગુનાખોરીમાં સડોવાયેલુ જોઇને કોઇનુ પણ દિલ દ્રવી ઉઠે છે. સમાજમા આવી કોઈ સસ્થા હોતી નથી (૪૦) વર્ષ પહેલા કુમારી એટીલી નામની લોસે-જસ્સની શિક્ષિકાને આ વિચાર આવના એના મનમા અજપો જાગી ગયો. સમાજના ભાવિ નાગરિકોને ગુનેગાર બનતા અટકાવવા શું કરવુ જોઇએ, અને આવી કોઈ યોજનાનો અમલ કરવો હોય તો પહેલા પૈસા જોઇએ, એ કયાંથી અને કઇ રીતે પેદા કરવા ? કોઇ પણ શુભ સકલ્પની શરૂઆત પોતાના ઘરથી જ કરવી જોઇએ એમ વિચારીને આ શિક્ષિકાએ પોતાને મળતા માસિક રૂપીયા (૯૫૦) ના વેતનમાથી રૂપીયા (૪૭૫) ની બચત કરીને ધન સચય શરૂ કર્યો. એનું વિચારપુર્વકનું મૂડી રોકાણ આજે એક કરોડ ચાલીશ લાખનુ થઇ ચૂક્યુ છે. એમાથી વાર્ષિક રૂપીયા ૭ લાખ ઘર ભંગ થયેલા કિશોરોના પુનર્વસવાટ માટેની સસ્થાના નિભાવ માટે ખર્ચાય છે? આવી પહેલી સંસ્થાની શરૂઆત કેલિફોર્નિયામા ૧૯૫૦માં કરી. આ ભગીરથ કામ માટે જોઇતા કાર્યકરોને એણે તાલીમ આપવા માંડી. ઘર ભગ અને

પ્રેમ વંચિત બાળકોને ઉછેરી એની મમતાભરી સંભાળ આ સંસ્થામાં રખાય છે! આવું મહાભારત કામ હાથમા લેવા છતાં એ માટેની આર્થિક સહાયતા માગવા એણે કદી પોતાનો હાથ લાંબો નથી કર્યો. આજે એંસી વર્ષની વયે લોસેન્જલ્સમા એક સાદા ફ્લેટમા રહે છે, એના કામમાં મદદ કરવા માટે ૪૨ કાર્યકરો સવેતન કામગીરી બજાવે છે. આમ છતા પોતાનો બધો જ પત્ર વ્યવહાર એ જાતેજ સંભાળે છે. એમની આજીવિકા શિક્ષિકા તરીકેના નિવૃત્તિ વેતનમાંથી ચાલી રહે છે! એમની કામગીરીનો પુરસ્કાર એમની પાસેથી પ્રેમળ જ્યોતિ પ્રાપ્ત કરીને નવજીવનને પથે પ્રયાણ કરતાં બાળકો છે એમનો સ્વભાવ આ ક્ષેત્રમા અનેક માટે માર્ગદર્શક બની રહ્યો છે? ઘણીવાર રીઢા ગુનેગાર બની ચૂકેલા અને ગામમાં ઉતાર ગણાતા છોકરાઓને કોઇ આશરો આપવા તૈયાર ન થાય એવુ પણ બનતુ, શરાબી માતપિતાનું સંતાન લેરી નામના કિશોરની આ વાત છે આ છોકરાને પોલીસે તેમજ ન્યાયધીશે સમાજના હિતાર્થે જેલમા જ ગોધી રાખવા યોગ્ય ગણેલો કુમારી એટીલીએ ખાસ વિનતી કરીને આ છોકરાને છોડાવ્યો. પછી વિમાન ઘર પર એક વૃદ્ધાએ ઉષ્માભર્યા અવાજે એના ગળામાં હાથ ભેરવી કહ્યુ, 'બેટા મારે કાંઇ જ સતાન નથી, તું મારી સાથે રહેજે' અને ખરેખર ચમત્કાર થયો સમાજમા હડધૂત થયેલા આ છોકરાને મીઠી પ્રેમાળ વાણીમા કદી કોઇએ બોલાવ્યો જ ન હતો. એ કોઇના પ્રેમનું અમી મેળવવા પામ્યો જ ન હતો એની પાંગરતી જીવન કયારીના અંકુરમાં પ્રેમનું સિંચન થયુ એટલે એને સંજીવની મળી અને નવજીવન પ્રાપ્ત થયું. છ વર્ષ પછી લેરી યુનિવર્સિટીમા માનસાથે પાસ થયો અને પોતાને પ્રેમળજ્યોતિ દાખવીને એનો જીવનપથ ઉજાળનાર કુમારી એટીલીના જન્મ દિવસે ૩૦૦ માઇલનો પ્રવાસ ખેડી પોતાનું ઋણ અદા કરવા પહોચી ગયો! ડેવ નામના એક દુષ્ટ છોકરાએ

છરીની અણીએ એક છાપાવાળા છોકરા પાસેથી ૨૫ ડોલર છીનવી લીધેલા એની એટીલીને ખબર પડી. એમણે છોકરાને પાખમાં લીધો અને પોતાની ઘોડારમાંના એક ઘોડા તરફ અગળી ચીંધી કહ્યું આ ઘોડા પર સવારી કરી શકીશ? એણે તો છલાંગ મારીને જીન કે પેગડા વગર જ ફક્ત લગામને આધારે ઘોડો તબડાવી મૂક્યો. એક અઠવાડીયા સુધી ખાવા પીવાનું ભાન ભુલીને એણે બસ ઘોડો દોડવ્યા જ કર્યો યોગ્ય સવારના હાથમા જતા વણ-પલોટાયેલ ઘોડો કાબૂમા આવી જાય છે એવું જ યુવાનીમાં થનગનતા કિશોરોનુ છે. આગળ જતા ડેવ ગૌશાળાની ગાયો સંભાળવા લાગ્યો પશુ પાલન શાસ્ત્રના પુસ્તકો વાંચવાનો તે રસિયો હતો એટલુ જ નહિ પણ શાળાની પ્રાણી પરિક્ષા સ્પર્ધામાં એ પહેલે નંબરે આવ્યો હતો આજે તો એ એક દૂધ ઉત્પાદક પેઢીમા-જવાબદારી ભર્યો હોદ્દો સંભાળે છે! ચક નામનો એક તોફાની બારકસ સ્ત્રીયોની છેડતી કરવા માટે ખૂબ જાણીતો હતો. આધેડ વયની સ્ત્રીયોને તે બાઝી પડતો. એના આ અપલક્ષણનું મૂળ કારણ એ હતું કે એને કદી પ્રેમ જ મળ્યો ન હતો. દરરોજ પ્રેમપૂર્વક એનો વાંસો થાબડી એને સન્માર્ગે વાળ્યો આગળ જતા શાળા કોલેજના અભ્યાસમાં એ ઝળકી ઉઠયો. સંસ્થાના જડ અને જડબેસલાક નિયમો પ્રત્યે એટીલીને ભારે સૂગ છે તે કહે છે કે આવા નિયમોથી તો બાળકોની ચેતનતાના અંકુરો રૂંધાય છે અને તેઓ કેવળ અટકાયતી જેવા બની રહે છે. આપણું કામ તો એમને સમાજને ઉપયોગી એવા નાગરિકો બનાવવનું છે? અટકાયતી બનાવવાનું નહિ જે છોકરાઓ અહિંઆ રહે છે તેની મમતાભરી પુરતી સંભાળ લેવામાં આવે છે. ૧૯૫૦ પછી-એમની પાસે આવેલા અસખ્ય છોકરાઓમાથી કેવળ ૧૨ જણને પોતે અસમર્થ છે એવુ જણાવી વિદાય કરવા પડેલા, એ જ નોંધ પાત્ર છે કુમારી એટીલી ૧૭ વર્ષની ઉમરની શિક્ષક હતી,

ત્યારે આ એના સત્કાર્યનો પ્રારંભ થયો. એક રાડિયા વિદ્યાર્થીને વર્ગ બહાર કાઢી મુકવાની એમને ફરજ પડી ત્યારે એમને વિચાર આવ્યો કે આ રીતે બાળકોને સજા કરવા કરતાં એને બીજી રીતે મદદરૂપ ન થઇ શકાય? આ વિચાર બીજમાંથી આ સંસ્થાનો ઉદય થયો. કુમારી એટીલી કહે છે કે મેં એકઠી કરેલી સંપત્તિ પર મારો વ્યક્તિગત નહિ પણ જે ઉમદા આશયથી મેં સંસ્થા શરૂ કરી છે તેનો જ અધિકાર છે. પોતે તો તેની માત્ર માર્ગદર્શિકા છે. પોતાના મૃત્યુ પછી પણ માર્ગ ભૂલ્યા બાળકોને પ્રેમળ જ્યોતિનો પ્રકાશ મળી રહે એ માટે એમણે નિષ્ઠાવાન કાર્યકરોનું જૂથ તૈયાર કર્યું છે. એમની સંસ્થા ધરતી પરનું સ્વર્ગ છે. આજે એમના મુખ પર વાર્ધક્યની રેખાઓ આવી છે પણ તે એમની આંતર જ્યોતિમાં વિલીન થઇ જાય છે. એક પ્રેમકથા—એક શાળાની બીજી શ્રેણીના 'ક' વર્ગમાં એક ન્હાની ગરીબ છોકરી રોજ એકના એક મેલાં કપડા પહેરીને આવતી. શિક્ષિકાએ બે ત્રણવાર તે બાળકીને સ્વચ્છ અને સુઘડ ફ્રોક પહેરી લાવવા કહ્યુ છતા રોજ તેના જુના ને મેલાં કપડાં જ તે પહેરી લાવતી. આના માતપિતા અત્યંત દરિદ્રી હશે? નહી તો આવી સુંદર છોકરી જે રોજ મહોં ધોઇને સુંદર વાળ ઓળીને આવે છે, તે આવા કપડાં ન પહેરે, એવું શિક્ષિકાએ વિચાર્યું. શિક્ષિકાએ ક્રોધિત બનીને દંડ કરવાને બદલે પોતાને પૈસે એક સુંદર નીલ રંગનુ ફ્રોક ખરીદીને ભેટ આપ્યું. બીજે દિવસે તે બાલિકા જ્યારે ફ્રોક પહેરી લાવી ત્યારે આખા વર્ગમાં તે જ સૌથી વધુ શોભવા લાગી આ નવુ ફ્રોકમા છોકરી એટલી તો શોભતી કે તેની માતા તેને કોઇ શ્રીમંત ઘરની પારકી છોકરી ધારી બેસતી બાળીકાએ ઉદાર શિક્ષિકાના ગુણગાન માતા પાસે ખૂબ ગાયા જે ઘરમા તેઓ રહેતા તે ઘર દરિદ્રતાની અત્યંત ભાગી તૂટી નિશાની હતી બધું જ જેમ તેમ, ગંદુ ને વેરવિખેર પડ્યું રહેતું,

સ્વચ્છ ફ્રોકમાં શોભતી આ છોકરીને જોઇ માતાને વિચાર આવ્યો કે સ્વચ્છતામાં કેટલી સુંદરતા છે? પહેલીજવાર તેને ઘરની કુરૂપતાનું ભાન થયું. બધું અંદરથી વ્યવસ્થિત કર્યું; ટેબલ પર નવો ધોયેલો ટેબલ કલોથ પાથર્યો, અંદરથી ઘરની રોનક બદલાઇ ગઇ સ્વચ્છ ટેબલ કલોથ પર જમવા બેઠો, ત્યારે પતિને ઘરનું આખું વાતાવરણ સ્ફૂર્તિદાયક લાગ્યુ. સ્વચ્છતા જોઇને તે ખુશ થયો. સુંદરતાનો નવો અર્થ તે શીખ્યો. મારી છોકરી આટલી સુંદર લાગે છે અને મારી પત્ની ઘર આવુ સુંદર રાખે છે તો હું પણ બહારથી ઘરને રંગીને સ્વચ્છતા, સુંદરતા પ્રસારૂં. મકાનમાં રંગ રોગાન શરૂ થયા, તેને મકાન રંગતો જોઇને તેના પાડોસીઓએ પણ મકાન રંગવા શરૂ કર્યા, આ રગ કામ ચાલતુ હતુ ત્યારે ત્યાં થઇને તે ગામનો પાદરી જતો હતો; તે પાદરીને વિચાર આવ્યો કે આ ગરીબ લતામાં સર્વે આવી સુંદરતા, સ્વચ્છતા દ્વારા પ્રગટાવે છે તો મારે પણ આ અહીંના રસ્તા સમા કરાવવા અને ગટર નખાવવી તે ગામના પાંચ પચીસ જુવાનોને ભેગા કરી પાદરીએ રસ્તા સમા કરાવ્યા અને ફંડ એકઠુ કરીને ગટરમાં પાઇપો નખાવી સ્વચ્છતાનો આ ચેપ આખા ગામમાં ફેલાયો. એટલુ જ નહીં પણ આજુબાજુના દસ, બાર ગામડા પણ સ્વચ્છ ને સુંદર બન્યા. શિક્ષિકાએ તે નિર્દોષ ને નાની બાળાને ગંદા કપડા માટે ધમકાવી હોત-વર્ગની બહાર કાઢી હોત, તો હજારો લોકો જીવનની છુપી સુંદરતાનુ જે દર્શન કરી શકયા તે ન બનત. આ પ્રેમનું શિક્ષણ જ માત્ર જીવનનો ધ્રુવ તારો હોવો જોઇએ એક શિક્ષિકાના પ્રેમપૂર્ણ વ્યવહારથી અનેકના જીવનમાં કેવો અનેરો પલટો થયો? તે પ્રેમપૂર્ણ વિચારનું જ પરિણામ ફળ હતું, તેથી ઉલટુ જો તે ક્રોધિત થઇ ને બાળકીને દંડ કર્યો હોત તો તેવા વિચારની અસર પણ અનેક માનવોના મન પર પડત અને અનિષ્ટની પરંપરા સર્જત. માટે માત પિતાએ તથા શિક્ષકોએ બાળકો પ્રત્યે પ્રેમમય

વ્યવહાર કરીને તેનું હિત સાધવું જોઇએ પરંતુ ભૂલે ચૂકે પણ બાળકને એમ ન જ કહેવું કે તારામા કઇ જ અક્કલ નથી, તું નિર્બળ છો, તને શું આવડવાનું છે, તુ ખરાબ છો, બદમાશ છો, આદિ હલકા સબોધન ન જ કરવા; તેમજ તેને ભયોત્પાદક વચનો પણ ન કહેવા બાળકમાં કોઇ ખામી કે ત્રૂટી હોય તો તેને વારંવાર તેની યાદ ન કરાવવી, તેને શાન્તિથી, પ્રેમથી સમજાવવા અને તેને સુસસ્કૃત બનાવવા. અને તે પ્રેમથી જ તેઓ સદ્ગુણી બની શકે તેમ હોઇ હર પ્રકારે પ્રેમમય આદર્શ તેની પાસે ઉપસ્થિત કરવો. જેથી આદર્શ અનુસાર તેનુ જીવન ઘડતર થાય અને તે પણ એક પ્રેમમય જીવન જીવી અનેકના જીવનમા પ્રેમનો સંચાર કરીને ધન્ય જીવનનો સહભાગી બને.

પ્રકરણ ૧૩ મું

સંકલ્પ-સિદ્ધિ

દૃઢ સંકલ્પ જ સફળતાની કુંચી છે. તથા સર્વ માનવોએ જાણી લેવું જોઇએ કે પોતાના જીવનના કર્તા-ધર્તા અમે જ છીએ. ભાગ્ય કોઇ વસ્તુ નથી, દૃઢ મનોબળવાળા મનુષ્યોનું ભાગ્ય તેને વશ થઇ જાય છે. કદાચ કોઇ પ્રયત્ન કરવા છતાં સફળતા ન મળે, તો બીજીવાર અથવા ત્રીજીવાર પ્રયત્ન કરતા રહેવું જોઇએ જ્યાસુધી કાર્યની સિદ્ધિ ન થાય, વારમ્વાર વિઘ્નો આવે છતાં ઉત્તમ જનો આરંભ કરેલા કાર્યને ત્યાગતા નથી, પણ તે કાર્યની પૂર્તિ થાય ત્યાં સુધી પુરૂષાર્થ કરતા રહે છે પ્રાપ્ત જીવનનો જેમ બને તેમ સદુપયોગ કરો અને પોતાના આદર્શનો નિશ્ચય કરીને અસંભવને પણ સંભવ કરવાની પોતાની શક્તિમાં વિશ્વાસ કરો એ જ વિજયનો મૂળ મંત્ર છે. પોતાના આદર્શની સિધ્ધિ માટે મરી ફીટો. તેના માટે જે કરવું જોઇએ તે કરી છૂટો. પણ એમ ન વિચારો કે

અમારાથી શું થવાનું છે, આ તો મહાભારત કામ છે. અમારો થોડો પ્રયત્ન અહિંઆ શું કામ આવે? આવા વિચારો કરીને હાથ પર હાથ રાખીને બેસી ન રહેશો "સ્વલ્પારંભ: ક્ષેમકર" સ્વલ્પ આરંભ કરવાથી પણ મહાન કાર્યની સિધ્ધિ થાય છે. કીડી ચાલવાથી યોજનોનો પંથ કાપે છે, જ્યારે પક્ષીઓનો રાજા ગરૂડ બેઠો બેઠો વિચાર જ કરે કે હું તો ક્ષણભરમાં ચાલ્યો જઈશ, તો તે એક કદમ પણ આઘો જઈ શકતો નથી. કોઈ કાર્ય તરફ જોઈને સંભવ અસંભવનો નિર્ણય ન કરતા પોતાની શકિત, આત્મશકિત તરફ જોવાય તો વધારે સારૂં પરિણામ આવે. સમુદ્ર કિનારે એક તિડ પક્ષી રહેતો હતો, તેની સ્ત્રી સગર્ભા થઈ. અને તેનો પ્રસૂતિ સમય થયો ત્યારે તે પોતાના પતિને કહેવા લાગી· મારા ઇંડાને આ સમુદ્ર તાણી જશે, માટે આપણે બીજી જગ્યાએ જવું જોઈએ તિડે કહ્યું તું તારે ઈંડા મૂક, જો સમુદ્ર તારા ઈંડા લઈ જશે તો હું તેને પાછા લાવી આપીશ પત્નિએ પતિને ઘણો વિનવ્યો કે આ સમુદ્ર પાસે તમારૂં શું જોર ચાલવાનું છે? માટે હઠ છોડીને બીજી જગ્યાએ ચાલો, પણ તે માન્યો નહિ, અને ત્યાં જ ઇંડા મૂકયા. અને સમુદ્રનું પાણી આવતા ઈંડા તણાઈ ગયા અને તેની માતા વિલાપ કરવા લાગી. તિડ તો ચાચમાં તણખલું લઈને સમુદ્રને ઉલેચવાનું કામ કરવા લાગ્યો તેની પત્નિ કહે મેં તમોને પ્રથમ જ કહ્યું હતું તમે માન્યા નહિ અને હવે આ સમુદ્ર જે આવડો મોટો છે તે કઈ રીતે ઉલેચાવાના છો? તેથી તિડે કહ્યુઃ તારે ચિંતા ન કરવી, હું આત્મ વિશ્વાસ દ્વારા તે કાર્યને પાર કરીશ ત્યારે તેની સ્ત્રી પણ તેના કાર્યમાં સહાયતા કરવા લાગી. પછી તેના જાતિ ભાઈઓ એક પછી એક તેને સમજાવવા આવ્યા અને તેને તે કાર્ય અસંભવ છે એમ સમજાવવા લાગ્યા. પણ તિડ તો પોતાના નિશ્ચયમા અડોલ રહ્યો અને કોઈની વાત પર ધ્યાન જ

ન આપ્યું મનસ્વીઓ આવા જ હોય છે. તેથી તેના જાતી ભાઇઓ હારીને તેને મદદ કરવા લાગ્યા. આ વાતની ખબર પક્ષીઓના રાજા ગરૂડને થતા તે ત્યાં આવ્યા તેણે પણ તિડને સમજાવવા પોતાથી બનતો પ્રયત્ન કર્યો પણ તિડ તો અચળ જ રહ્યો. ત્યારે ગરૂડ પક્ષી પણ પોતાની પાંખો વડે સમુદ્રનું પાણી બહાર ફેંકવા લાગ્યા. પક્ષીઓનું મોટું જુથ્થ પાણી બહાર ફેંકવાના કામમા લાગ્યું હતુ આથી સમુદ્રે ભયભીત થઇને તિડના ઇંડાને પાણી વાટે બહાર લાવીને મૂકયા અને બધાનો પ્રયત્ન સફળ થયો. અને તિડના સાહસ કર્મની સર્વેએ પ્રસંશા કરી કહેવાની મતલબ એ છે કે કયા નાનો તિડ અને કયાં અમાપ સમુદ્ર! છતાં તિડમા જે મનસ્વીપણું હતું તેના પ્રભાવે તેનુ કાર્ય સિદ્ધ થયું. એવી જ રીતે જે માનવોનો નિશ્ચય અચલ હોય તે જરૂર પોતાના ઇષ્ટ કાર્યમાં સિદ્ધિ પ્રાપ્ત કરે છે

પ્રથમ પોતાની ચારે તરફ સફળતાનું વાતાવરણ ઉત્પન્ન કરવું જોઇએ. પોતાના મનમાં સફળતાના વિચારોને પૂર્ણ રીતે ભરી દેવા જોઇએ. કેમકે સફળતાનું કારણ તમારાથી ભિન્ન નથી, પણ પોતાની અંદર જ વિદ્યમાન છે, તેને શોધીને જુઓ. એક વિદ્વાને કહ્યું છે કે – સફળતા અને વૈભવને પ્રાપ્ત કરવો એ તો અમારો અધિકાર છે. આ વાતનો વિશ્વાસ કરો કે સફળતા અવશ્ય મળશે. દઢ સંકલ્પ જ સિદ્ધિને પ્રાપ્ત કરવા માટે પૂરતો છે. કેટલાક વિદ્યાર્થીઓ આ પ્રકારના દઢ નિશ્ચયને પ્રભાવે દરિદ્રતા રૂપી કાદવમાથી બહાર નીકળી ગયા. માત્ર એ વાતની આશા આપવાથી નહિ પરંતુ એના માનસિક ક્ષેત્રમાં રાત દિવસ પરિશ્રમ-પૂર્વક એ વિચારોને ભરવાથી, વૈભવ અને સફળતા પ્રાપ્ત થાય છે તેથી સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે સદા એ વિચારોને પોતાના મનમાં ભરતા રહો અને દરિદ્રતા અથવા ભયના વિચારોને પોતાના મનમાથી દુર કરીને એને બદલે ત્યાં સફળતા

તથા, વૈભવના વિચારો નિરંતર, દૃઢતા-પૂર્વક સ્થાપન કરતા રહો. અમારૂં સાચું જીવન આંતરિક છે એથી સાચું પરિવર્તન બાહ્ય સ્થિતિમાં નહી; પરંતુ આંતરિક સ્થિતિમાં કરવાનું છે. જીવન, બળ, શકિત, સુખ, શાન્તિ, તથા આનંદ અંદરથી જ પ્રાપ્ત કરવાનો છે. જે અંદર છે તે જ સમય થયે બહાર આવે છે. જે મનમાં હોય છે, તે જ વાણી દ્વારા પ્રગટ થાય છે. જે વિચારમાં હોય છે, તે જ કાર્ય-રૂપમાં પરિણિત થાય છે. મનમાં હોય છે, તે જ પ્રકાશ રૂપે આંખોથી દેખાય છે, જે શરીરમાં હોય છે, તે જ નાડિયોમાં માલમ પડે છે. આ નિયમોને હૃદયગમ કરી લ્યો અને પોતાના અંદરના મનોમય કોશોનું સુધાર કરતા થકા પોતાના આત્મ-તત્ત્વ પર સ્થિર રહો. જો અમોને મનના દ્વાર બંધ કરતા આવડે તો બહારની વસ્તુઓની અસર અમારા પર થઇ જ ન શકે મનના દ્વારને બંધ કરતા આવડે તેવી જ રીતે તેને ખુલ્લા મૂકતા પણ આવડવું જોઇએ. જે વસ્તુઓનો પ્રભાવ મન પર સારો પડે તેવી વસ્તુઓ માટે મનના દરવાજા ખુલ્લા મૂકો અર્થાત્-વારમ્વાર એનું ચિંતન કરો, મનન કરો એને જ મનના દ્વાર ખુલ્લા મુકવા ખોલવા કહે છે. એ પ્રકારે મનના દ્વાર બંધ કરવાનો અર્થ-એ છે કે અનિષ્ટ વિચારોને મનમાં આવવા ન દેવા, છતા અભ્યાસ વશાત્ આવી જાય તો, તત્કાળ તેને બહાર કાઢી મૂકવા, અથવા સંકેતો દ્વારા એને નિવૃત્ત કરવા, જેમ કે અમુક વિચાર મનમાંથી દૂર થઇ જાવ, ચાલ્યો જા. એ માટે પોતાના ઇષ્ટદેવ, આત્મા તથા સત્પુરૂષોના વિચાર કરવા માટે મનના દરવાજા ખુલ્લા રાખો અને અપવિત્ર વાસનામય તથા અનિષ્ટ વિચારો માટે મનના દ્વાર બંધ કરી દિયો અર્થાત્-તે વિચારોને મનમાં ન આવવા દો. જેમ કોઇ માનવ કાનથી સાંભળતો ન હોય તો એના માટે શબ્દનું અસ્તિત્વ જ હોતું નથી, એ શબ્દને તે અનુભવી નહિ શકે એ પ્રકારે કોઇ શબ્દ અમારા કાને પર પડે તો અમારે તેના પર લક્ષ જ

ન આપવું જોઇએ, એમ જાણવું કે અમે તે શબ્દને સાંભળ્યો જ નથી એ રીતે જે વસ્તુ વિચારને મનમા લાવવો હોય તેને આવવા દેવો અને જેને ન આવવા દેવો હોય તેને મનમા પ્રવેશવા ન દેવો. કોઇપણ ઉચ્ચ કલ્પનાને મનમાં સ્થાન આપીને અમે પોતાને વિશાળ તથા ઉન્નત બનાવી શકીએ છીએ ને અધમ વાસનાઓને મનમાં સ્થાન આપીને નરકના પણ અધિકારી બની શકીએ છીએ. જે મનુષ્ય પાપ અને ભૂલના વિચારો માટે પોતાના મનના દ્વાર બંધ રાખે છે અને ઇશ્વર તથા સત્યના વિચારો માટે મનના દ્વાર ખુલ્લા રાખે છે, તે ઘોર અંધકારમાથી નીકળીને ઉજ્જવળ પ્રકાશમા આવે છે, પછી તેને માટે ભૂલ તથા પાપ અદૃશ્ય થઇ જાય છે. પ્રભુના સામ્રાજ્યમા પ્રવેશ કરવાથી પાપ અને ભૂલો સદાને માટે વિદાય થઇ જાય છે. તે પરમાત્માના ખોળામાં વિશ્રામ કરવા લાગે છે એનામા નવીન ચૈતન્યતા આવે છે અને એક દિવસ તે પોતે પણ પ્રભુમય, જીવનમુક્ત બનવાને સમર્થ બને છે, એને એ વાતનો પશ્ચાતાપ થાય છે કે અહો ! મેં કેટલી રાતો અજ્ઞાન અંધકારમાં વિતાવી ! અને પ્રભુનો ઉપકાર માને છે કે હે પ્રભો તમારો જે ઉપકાર માનું તે થોડો છે તમે જ મને આત્મ પ્રકાશના ઉજ્જ્વળ પંથ પર લાવ્યા છો જો તમો કોઇ અનિષ્ટ વિચાર કે વાસનાથી મુક્ત થવાની ઇચ્છા કરો છો તો તેને ભૂલવાનો જ પ્રયત્ન કરો જાણે તે અવગુણ પોતામાં છે જ નહિ. એનું સ્મરણ થાય તો પણ તેને ભુલવાનો પ્રયત્ન કરો તેના પર વિશેષ લક્ષ ન આપો, તો તે વાસના કે વિચાર મનમાંથી દૂર હટી જશે એ જ પ્રકારે ઉત્તમ વિચારો, દિવ્ય ભાવનાઓનું, વારમ્વાર ચિંતન-મનન કરો, તો તે વિચારો ભાવનાઓ પુષ્ટ થઇને બળવાન બનશે, અને ઇચ્છિતની પ્રાપ્તિ થશે એ માનસશાસ્ત્રનો અનુભૂત પ્રયોગ છે હાથ કંકણને આરસીની શી જરૂર ? એ ન્યાયે કરીને જુઓ, અવશ્ય લાભ થશે જેમ કોઇ ભાષણ અથવા નાટકમા પાઠ

ભજવવામા દક્ષતા પ્રાપ્ત કરવાની ઇચ્છા કરે છે તેા એણે પેાતાનેા પાઠ સારી રીતે ભજવવેા જોઇએ. નિરંતર એ વિચારેાના ચિંતનમા તલ્લીન રહેવુ જોઇએ, તથા એ કામમાં પેાતે તન્મય બનવું જોઇએ કે પેાતે પેાતાને પણ ભૂલી જાય એ જ સફળતાની પ્રથમ સીડી છે. એ જ એકાગ્રતા સાધવાથી તમારેા નિશ્ચય તથા વિશ્વાસ દૃઢ બનશે એથી ભાષણ કે નાટક અથવા કેાઇ પણ કાર્ય તમને સરલ થતુ લાગશે, કેમ કે ને કાર્ય તમારા માટે સ્વાભાવિક બની જશે. જ્યાં સુધી પ્રયત્ન કરવેા પડે છે, ત્યા સુધી સ્વાભાવિકતા હેાતી નથી, જ્યારે સ્વાભાવિકતા આવે છે કે મનુષ્યનેા ઉત્સાહ વધી જાય છે, અને નિઃસંકેાચ ભાવથી ભાષણ આદિ કરી શકે છે અને પેાતાના વિચારેાનેા પ્રભાવ બીજા પર પાડી શકે છે એ માટે અંતરમા ઉંડા ઉતરેા, પેાતાની આતર પ્રતિભાના દર્શન કરેા, ત્યારે તમને ચમત્કાર તથા એનેા પ્રભાવ દેખાશે અને વિના પ્રયત્નથી મેાટા-મેાટા આશ્ચર્યજનક કામ કરી શકશેા. પ્રત્યેક મનુષ્યમા ઇચ્છા સ્વભાવિક જ હેાય છે ઇચ્છા-પૂર્તિ થવાથી એને સુખનેા અનુભવ થાય છે. બાહ્ય વસ્તુઓની સૃષ્ટિથી ક્ષણિક સુખ પ્રાપ્ત થાય છે ભેાગ-વિલાસ અને સ્થૂલ પદાર્થો પ્રાપ્ત થવાથી સ્થાયી સુખ મળતું નથી આતરિક સુખ જ સ્થાયી તથા અમર હેાય છે એ કારણથી ઉપર્યુક્ત નિયમને સ્થાયી સુખની પ્રાપ્તી માટે ઉપયેાગ કરેા સાસારિક વસ્તુએા પ્રાપ્ત કરવા માટે લક્ષ ન આપેા, તેા આત્મિક સુખની પ્રાપ્તી અવસ્યમેવ થશે, એમાં કિંચિત માત્ર પણ સદેહ નથી. કેાઇ કાર્યમાં ઉતાવળ કે જલ્દી ન કરેા, પરંતુ સર્વ કામ ધૈર્યથી કરેા જે વસ્તુની ઇચ્છા છે એનું વારમ્વાર ચિંતન કરતા રહેા, તેા તે પરિપાક થયે મળશે, એવેા વિશ્વાસ રાખી ચિંતાનેા ત્યાગ કરવેા તમે જે ઇચ્છેા છેા તે અવશ્ય મળશે એ નિઃસંદેહ વાત છે. બીજાની વાતેા પર વિશેષ ધ્યાન ન આપેા, પરંતુ પેાતાની અતરાત્મા તમારા માટે જે કહે તે પ્રમાણે ચાલેા તે જ તમારેા સાચેા માર્ગદર્શક ગુરૂ છે. સમગ્ર જગત તમારી

પ્રસંશા કરે, પણ તમારો અંતરાત્મા અપ્રસન્ન હોય, તો બધાની પ્રશંસા શરદ ઋતુના વાદળો સમાન છે. તમારી અંદર બિરાજિત પ્રભુની શી આજ્ઞા છે, તથા તમારા માટે તે જે પ્રેરણા કરે તેજ તમારા માટે હિતકર છે. મન જે કામ કરવા માટે ના કહે તે કામ ન કરો. બધાની નિંદા સ્તુતિ પર ધ્યાન આપીને પોતાના નિશ્ચિત કાર્યનો ત્યાગ ન કરો, કેમકે જીવન પથમાં તમારે આગળ વધવું છે. એથી સદા પ્રેરકની આજ્ઞાનુસાર જ કાર્ય કરો. મોટર હાંકનાર મોટરના ચક્રોને પાછળ હટાવીને આગળ વધે છે, એ પ્રકારે પૂર્વની ભૂલોને, દોષોને તથા નિર્બળતાઓને ભૂલીને વિકાસ પથમા આગળ વધવાનો પ્રયત્ન કરો. પ્રભુ તમને આગળ વધવાની પ્રેરણા કરે છે, વીતી ગયેલ વાતોને ભૂલી જાવ, ભૂતને ભૂલો, વર્તમાન તમારા હાથમાં છે, તો ભાવિને સુધારી લ્યો. ભૂતના રોદણા રોવામાં કંઇ સાર નથી, તેને ભૂલવામા જ કલ્યાણ છે. પોતાના વિચાર બળ વડે જે પરિસ્થિતિનું-નિર્માણ કરી શકે છે તે મહાન શક્તિસંપન્ન બનીને રચનાત્મક કાર્ય કરનાર બને છે. જે વિશ્વાસ કરે છે કે વિશ્વ ભંડારમાં સમસ્ત આવશ્યક વસ્તુઓ મારા માટે વિદ્યમાન છે, એને પ્રત્યેક વસ્તુઓ એની ઇચ્છા પ્રમાણે પ્રાપ્ત થાય છે. જુઓ, છોકરીને બે મિનિટમાં કહી દઇએ છીએ કે આ તારો પતિ છે, કોઇ દિવસ એને હેરાન ન કરીશ અને તારા જીવનને એના જીવનમા એક રૂપ કરી દેજે, તારી ઇચ્છાઓને એની ઇચ્છાઓમા લય કરી દેજે, તો તે જીવન-પર્યંત એમ જ કરે છે. જયારે શાસ્ત્ર વારમ્વાર કહે છે કે પરમેશ્વર તમારો નાથ (સ્વામિ) છે, એનું નામ કોઇ દિવસ ભૂલશો નહિ, અને તમારી ઇચ્છાને પણ એની ઇચ્છામાં એકરૂપ કરી દેજો. તો શું આપણે એનું પાલન કરીએ છીએ? મહાન પુરૂષો પ્રયત્ન દ્વારા જ મહાન બન્યા હતા, તો આપણે પણ પ્રયત્ન કરીએ તો મહાન બની શકીએ. પણ વ્યર્થ ચિંતા, ભય,

શોક, કલેશના વિચારો કરવાથી તે વિચારો આયુ તથા આત્મ-શક્તિ, માનસિક શક્તિ તથા શરીર બળને હરવાવાળા છે એથી શો લાભ? તેનો તો ત્યાગ કરવામાં જ કલ્યાણ છે. કોઇ વિચારને દિવસ, રાત, પક્ષ, માસ તથા વર્ષો સુધી રટવામાં આવે તો તે અંતમાં અવશ્ય સફળ થાય છે. જેવી રીતે કટાયેલ શસ્ત્રને વારંવાર ઘસવાથી સ્વચ્છ થઇને ચમકવા માંડે છે અને મહા કાર્ય કરવાને સમર્થ બને છે. તેમ જ એ વિચારધારાથી ભાગ્યની રચના થાય છે અને બગડે પણ છે; કેમકે વિચાર વડે ઇચ્છા અને ઇચ્છા દ્વારા કાર્ય થાય છે. એ કાર્યને વારંવાર કરતા રહેવાથી સ્વભાવ બને છે અને સ્વભાવથી ચારિત્ર તથા ચારિત્રથી ભાગ્ય બને છે. એથી વિચાર જ મૂળ કારણ છે. જીવનને સુધારનાર તથા બગાડનાર વિચાર જ છે :-

– ઉત્તમ વિચારોને ઉત્પન્ન કરવાનો ઉપાય :–

એ પી મુકરજીનું કથન છે કે, કોઇ સદાચારી પુરૂષનો સંગ કરો કદાચ ભાગ્યયોગે એવો સગ ન મળે તો ઉત્તમ પુસ્તકોનો વિચાર કરો. કોઇ સદાચારી પુરૂષના જીવનનો વિચાર કરો. જેમકે તે પોતે સાંસારિક દ્વન્દ્વોથી કેવી રીતે ઉદાસીન રહે છે, એની નિર્લેપતા કેટલી સરસ છે, તેનો સ્વભાવ કેવો શાન્ત, ધૈર્યશાળી, તથા સ્થિર બુદ્ધિવાળો છે, તેનો આત્મ-સંયમ કેટલો ઉચ્ચ પ્રકારનો છે, તેને કીર્તિની તો ઇચ્છા છે જ નહિ, માન સન્માનનો તે ભુખ્યો નથી. તે પોતાની ઇન્દ્રિયોનો સ્વામિ હોવાથી સમસ્ત વિશ્વનો પણ તે સ્વામિ છે. એની સમીપ દુઃખીઓના દુઃખ દૂર થઇ જાય છે અને શાન્તિ પ્રાપ્ત થાય છે. એની સગતથી અપવિત્ર પવિત્ર બને છે. એના શબ્દો અમૃત-તુલ્ય છે. સંસારનો તે પૂજ્યદેવ છે. પરમાર્થની અનંત શક્તિથી તે પૂર્ણ છે. એ પ્રકારના વિચારો માનવ કરે તો તેવા વિચારો કરતા કરતા તે માનવ પણ તેવો બની જાય છે. પૂર્વોક્ત રીતે અભ્યાસ કરવાથી

થોડા દિવસોમાં પોતાને પોતાના આદર્શથી ચ્યુત થવાની જરાપણ ઇચ્છા થશે નહિ અને પોતાના અંતરમાં મહાન શકિત જાગૃત થયેલી જણાશે, કેમકે અભ્યાસ જ એક મહાન શકિત છે. એના પ્રભાવથી પ્રો૦ રામમૂર્તિનું ઉત્તમ સ્વાસ્થ્ય અને સ્વામિ વિવેકાનંદજીનું વ્યાખ્યાન આદર્શ બનેલ હતું. જ્યારે અભ્યાસ દ્વારા મનુષ્યની ઇચ્છા શકિત પ્રબળ બની જાય છે ત્યારે તે મનુષ્ય બીજાઓ પર શાસન કરી શકે છે તમે કોઇપણ દશામાં હો, પરંતુ સિધ્ધિ, શકિત તથા સફળતા પ્રાપ્ત કરવા માટે સત્યનો માર્ગ ગ્રહણ કરો સર્વથી પ્રથમ પોતાના વિચારોને શુદ્ધ કરવાનો ઉપાય કરો. એ માટે મનની શાન્તિની પરમ આવશ્યકતા છે. માટે પ્રાતઃકાલમા અથવા રાત્રે કોઇ શાન્ત એકાન્ત સ્થાનમાં બેસીને ઇષ્ટ વસ્તુઓનુ ધ્યાન કરવું જોઇએ. જો તે વખતે મન તેમાં સ્થિર ન થાય તો હઠાગ્રહથી તેને તેમાં સંલગ્ન કરો. જ્યારે મન શાન્ત થાય ત્યારે તમારે જે સમસ્યાનો ઉકેલ લાવવો હોય તેનો વિચાર કરો અને અતરયામી દેવનો જે આદેશ મળે તે પ્રમાણે કાર્યરત બનો એથી તમારી ચિતા દૂર થઇને તમારૂ કાર્ય પહેલાથી સારૂ થવા માડશે. કેમ કે મનની વ્યગ્ર સ્થિતિમા કોઇ વાતનો બરાબર નિર્ણય થઇ શકતો નથી સસારમાં એવું કોઇ કાર્ય નથી કે જેનો ઉકેલ મનની શાન્ત અવસ્થામા ન થઇ શકે જ્યાં સુધી દશ્ય જગતને ભૂલવાનો અભ્યાસ ન થાય ત્યાં સુધી આંતરિક સૂક્ષ્મ શકિતઓનું જ્ઞાન પ્રાપ્ત થતું નથી જ્યારે યોગ્ય રીતે અભ્યાસ થાય છે ત્યારે સત્યનો માર્ગ પ્રાપ્ત થાય છે.

પહેલા એકાન્તવાસ સેવન કરવાનો અભ્યાસ કરો નિર્બળ વિચારોને સબળ બનાવવાનો એ ઉપાય છે જ્યા સુધી એમ નહિ કરો, ત્યા સુધી પોતાના વિચારોને એકાગ્ર નહી કરી શકો અને એકાગ્રતા વિના સફળતા પણ મળી શકતી નથી જ્યારે મનને એકાગ્ર કરતા આવડી જાય છે ત્યારે આંતરિક શકિતઓ પોતાની મેળે

પ્રગટ થવા લાગે છે. પહેલા જે કાર્ય કરવામાં અસફળતા મળતી હતી ત્યાં હવે સફળતા મળવા માંડશે અને ધીરે ધીરે અજ્ઞાનની નિવૃત્તિ થઇને જ્ઞાન સૂર્યનો ઉદય થતો જણાશે જયારે પોતાના વિચારો ઉન્નત બને છે ત્યારે બળ, નમ્રતા, પવિત્રતા, પ્રસન્નતા પોતાના રોમ-રોમમા પ્રગટ થવા માડે છે અને તેનો પ્રભાવ અન્ય માનવો પર પણ પડે છે અને પોતાના શત્રુઓ પણ મિત્ર બને છે. જયારે આપણે મનને દૃઢ અને ઉપયોગી વિચારોથી ભરીએ છીએ ત્યારે આપણે પોતે પોતાના મિત્ર બનીએ છીએ અને જયારે અનિશ્ચિત તથા અનુપયોગી વિચારોને મનમાં સ્થાન આપીએ છીએ ત્યારે આપણે આપણા શત્રુ બનીએ છીએ. આપણા અંતરમા જ પરમાત્માનું સ્થાન છે એમા યોગ્ય વિચારોને જ પ્રવેશવા દેવા જોઇએ જે આ નિયમનું પાલન કરે છે તે આ અપાર સંસારમાં આંતર વૈભવને પ્રાપ્ત કરી શકે છે. કોઇ મહા-પુરૂષે કહ્યુ છે કે-'જિન ઢૂંઢા તિન પાઇયાં, ગહરેં પાની પૈઠ' તમારી ઇચ્છાઓને પૂર્ણ કરવી તે તમારા હાથની વાત છે. કાર્ય-સિદ્ધિની શકિત પોતામાં જ છે પોતામા જે અસીમ વિચાર શકિત છે તેનો સદુપયોગ કરવો જોઇએ સિદ્ધિ-વિશેષ માનસિક સ્થિતિનુ પરિણામ છે મનની એવી સ્થિતિ (ઇચ્છા-શકિતથી) તે ઉત્પન્ન કરી શકાય છે ઇચ્છા શકિતને સપાદન કરવી એ પોતાના હાથની વાત છે વિચારોની ઉન્નતિની સાથે નવીન ઇચ્છા-શકિત ઉત્પન્ન થાય છે, એને પ્રાપ્ત કરવી તે પોતાના અધિકારની વાત છે એની અંદર આવવાવાળા વિઘ્નો પણ પોતાની અદર છે, અને એને દૂર કરવા એ પણ પોતાની આંતરિક શકિતને આધીન છે એકાગ્રતાપૂર્વક કરેલા વિચારો અસંભવને પણ સંભવ કરવા સમર્થ છે. જયારે પોતાની ચિત્તવૃત્તિ એકાગ્રતાથી વિશ્વ-ચેતનામા લય થવા માડે છે, ત્યારે આતરિક શકિતઓની સીમાના બધન તૂટી જાય છે. બધા ભયો અને સશયોનો નાશ થાય છે.

દુઃખ અને કલેશ આપનારા વિચારોનો ક્ષય થઇ જાય છે અને પોતાની અંદર એક પ્રબળ શક્તિ પ્રગટ થાય છે, જેથી મન સદા શાન્ત અને પ્રસન્ન રહે છે. એકાગ્રતામાં મહાન બળ છે, એકાગ્રતા એ શક્તિસર્જક બળ છે. તે જેટલા પ્રમાણમાં વધે તેટલા પ્રમાણમાં ચૈતન્યની જ્ઞાન શક્તિ બહાર આવે. સી. વી. રામનના પિતાએ ઘાસના તણખલાં ભેગાં કરીને દીકરાને બોલાવ્યો અને કહ્યું: 'બેટા! આ તણખલા ઉપર સૂર્ય કિરણ પડે છે પણ બળે છે?' 'ના' પછી એ અંદરથી મેગ્નીફાઇંગ ગ્લાસ લઇ આવ્યા, અને એના પર સૂર્યના કિરણોને કેન્દ્રિત કર્યાં. ત્યાં તો ઘાસનાં તણખલા સળગી ઉઠયાં.

પિતાએ કહ્યું: "જોયું? સૂર્યના કિરણો તો ત્યાં પણ હતા પરંતુ તે વિખરાયેલાં હતા. આ મેગ્નીફાઇંગ ગ્લાસે શું કર્યું? કિરણોને એકાગ્ર કર્યાં. એમનામાં શક્તિ આવી. શક્તિએ આ તણખલાઓને બાળી નાખ્યાં."

આખો દિવસ સૂર્ય તપ્યા કરે પણ એ ઘાસને બાળશે નહિ, પણ પાંચ મિનિટ જો તમે સૂર્યના કિરણોને કેન્દ્રિત કરો તો ઘાસની ગંજી પણ સળગી જાય.

પિતાએ પુત્રને કહ્યું: "તુ જે કંઇ કામ કરે તે એકાગ્રતાથી કર, તો એમાંથી શક્તિ પેદા થશે."

જ્યારે માનસિક શક્તિ વિખરાએલી હોય છે તેથી તે વહી જાય છે. આપણી શક્તિ આખો દિવસ જોવામા, સાંભળવામાં, બોલવામાં, ચિંતા કરવામાં, પારકા દોષો જોવામા, બોલવામાં, દુનિયાની પંચાત કરવામાં, આત્મ શક્તિનો વ્યય થાય છે. તેથી તે નષ્ટ થાય છે આ માનસિક શક્તિને કેન્દ્રિત કરવાની છે; તે એકાગ્રતા કરવાથી બને. મનનો સંયમ કરવાથી આત્મ શક્તિનો સંચય થાય છે અને જેમ જેમ આત્મ શક્તિ વધે તેમ તેમ આંતરિક જ્ઞાનનો વૈભવ પ્રગટ

થતો જાય છે અને ઇષ્ટની સિદ્ધિ થાય છે. પણ જો માનસિક અવસ્થા અસ્થિર હોય તો તે ઇષ્ટ સિદ્ધિમાં બાધક બને છે. સંકલ્પ બળથી ઇચ્છિતની સિદ્ધિ કરી શકાય છે.

માટે પોતાના કાર્યને સિદ્ધ કરવા એકાગ્રતાનો અભ્યાસ કરવો આવશ્યક છે. જેમ કે પશિયાના એક રાજાને સુંદર, દેખાવડો રાજ-કુમાર હતો પણ એ જરાક કુબડો હતો. રાજાએ મોટા મોટા વૈદ્યોને બોલાવ્યા, ખૂબ દવાઓ કરી, પણ અંતે સૌને લાગ્યું કે આ ખૂંધ મટાડી શકાય તેવી નથી. એટલામા એક શિલ્પી આવ્યો, એણે કહ્યું: હું મટાડી દઉં.

રાજકુમારનું એણે સુંદર ઊંચું પૂતળુ બનાવ્યુ: મોઢું, આકાર બધું જ જાણે જીવંત રાજકુમાર, પણ જરાક ફેરફાર હતો. આ પૂતળું ટટાર ઉભું હતું શિલ્પીએ રાજાને કહ્યું: રાજકુમારે એટલું જ કરવાનુ છે કે રોજ આ પૂતળાની સામે માત્ર દસ મિનિટ ઉભા રહે અને મન સ્થિર તથા એકાગ્ર કરીને વિચાર કરે, આ મારૂં પૂતળું છે, હું પણ તેની જેમ જરૂર ટટાર ઉભો રહીશ, હુ પણ એવો જ છું, હું જરૂર રોગ મુક્ત થવાનો જ રાજકુમાર રોજ દસ મિનિટ પૂતળા આગળ ટટાર ઉભો રહેવા લાગ્યો અને સાથે સાથે મનમાં તેવા વિચારો પણ કરવા લાગ્યો એમ કરતાં ધીમે ધીમે કુબડો ઉભો રહેવાને બદલે એ ટટાર ઉભો રહેવા લાગ્યો. રાજકુમાર જ્યારે પચીશ વર્ષનો થયો ત્યારે સીધો અને કડક, પેલા પૂતળાની જેમ જ ઉભો રહેવા લાગ્યો તેના દસ મિનિટના અભ્યાસે એના દોષને ભૂલાવી દીધો અને એ રોગ મુકત થયો. એજ પ્રમાણે મનુષ્ય જો પોતાના વિચારોને એકાગ્રતાનો ખોરાક આપે, વિચારોને ઊર્ધ્વગામી બનાવે, જાગૃત કરે, તો અંતરમાં જેવી સૃષ્ટિ રચવા ધારે તેતું સર્જન કરી શકે. માનવ પોતાની પરિસ્થિતિનો દાસ ન બનતા તેનો સ્વામિ બને તો તે ઇચ્છિત સૃષ્ટિનુ સર્જન કરી શકે છે. શિલ્પીઓની દુનિયામાં જેનું નામ

ગણાય છે એવા વિશ્વ વિખ્યાત માઇકલ એન્જલેાના જીવનને આ પ્રસંગ છે તેણે ઘણા શિલ્પેા કર્યાં, અંતે ઇશુનું એક અપૂર્વ શિલ્પ બનાવવા એણે સ્વપ્ન સેવ્યું. તે માટે માસુમ, નિર્દોષ જેની આંખેામાં પ્રેમ અને મૈત્રીના ભાવ ભરેલા હેાય એવી આકૃતિની જરૂર હતી, આવા બાળકની શેાધમા દેાઢ વર્ષ નીકળી ગયું.

એક દિવસ એક બાળક રમતું દેખાયુ એને વાંકડિયા વાળ હતા, સુંદર આંખેા હતી, મેાઢા ઉપર જાણે હમણા જ પ્રભુને ત્યાંથી આવ્યેા હેાય એવેા પ્રકાશ હતેા એની આકૃતિ સુંદર અને સૌમ્ય હતી, બાળકને જોતાં જ એને થયુ કે ઇશુનુ રૂપ પથ્થરમાં કંડારવા માટે આ બાળક યેાગ્ય છે. માતાને કહ્યુ: 'કહેા એટલા પૈસા આપુ પણ તમે તમારા બાળકને લઇને આવેા, મારી સામે બેસાડેા, હું આ સૌમ્ય આકૃતિને પથ્થરમા કંડારવા માગુ છું' માતા કબૂલ થઇ, શિલ્પ તૈયાર થયું, નિર્દોષતા અને માનવતા જીવંત બન્યાં.

એ વાતને વર્ષો વીતી ગયા. માઇકલને થયું જેવી રીતે ઇશુની સુંદર પ્રતિમા સર્જી એવી જ રીતે એની સામે હવે જેની આંખમાં ખૂનીનું ખુન્નસ હેાય અને મેા પર ડાકુ જેવેા ભાવ હેાય એવા જુડાસની આકૃતિ તૈયાર કરું. એક એવેા જ માણસ જડી આવ્યેા, દારૂડીયેા, જુગારી અને વાસનાઓથી ચકચૂર, પચ્ચીસ વર્ષનેા એ યુવાન હતેા શિલ્પીએ શિલ્પની વાત કરી, યુવાને હા કહી જુડાસની આકૃતિ ત્યાર થઇ અને શિલ્પીએ આકૃતિને પેલા ઇશુની પ્રતિમાની બાજુમા મૂકી. યુવાને બન્ને આકૃતિઓ જોઇ ઇશુની અને જુડાસની. આ જોતા જોતાં એને એનેા ભૂતકાળ સાભર્યો, મન ભરાઇ આવ્યુ, આંખમાથી અશ્રુની ધારા વહી રહી આંસુથી આંખેા ધેાવાઇ ત્યારે એની એ જ આંખેા સૌમ્ય અને કરૂણાળુ બની ગઇ

માઇકલ તેા જોયા જ કરે 'આ શું થયું'? જેની આંખેા ક્રૂરતાથી ભરી હતી, જેની આંખેામાં દયાનેા છાંટેા પણ નહતેા એ

આંખો આટલી સૌમ્ય ?-આટલી મૃદુ ?'

યુવાન તો પશ્ચાતાપથી ધ્રૂસકે ધ્રૂસકે રડીજ રહ્યો હતો

માઇકલ નજીક આવ્યો ખભે હાથ મૂકીને કહ્યું: 'ભાઇ રડે છે કેમ ?' યુવાને જવાબ આપ્યો 'આ ઇશુને તમે કંડાર્યો છે તે બીજું કોઇ નથી પણ હુ પોતેજ છુ એ વખતે હુ કેવો નિર્દોષ હતો ? માતાની સાથે આવ્યો હતો, અહી બેસાડીને તમે મારી આકૃતિ દોરી હતી આ બાર વર્ષના ગાળામા ખરાબ સગતે હું કેવો બની ગયો ? દારૂડિયો બન્યો, વ્યસની બન્યો, જુગારી અને અનાચારી બન્યો, રૂપ અને લાલસાની પાછળ દોડીને પશુ બન્યો, આજે હું ચોરી કરી શકું છુ, અંતરાત્મા મને હવે ડખતો નથી. પણ આજે આ બે આકૃતિઓ જોતા હું જુડાસ છું તે જ હું ઇશુ હતો તેનો ખ્યાલ આવે છે'

'ઇશુ જુડાસ કેમ બની શકે છે અને જુડાસ ઇશુ કેમ બની શકે છે એ જ જોયા કરૂ છુ, બીજુ કંઇ નહિ મારૂ જ તત્વ મને નીચ બનાવી શકે છે અને નીચે લાવી શકે છે; એ બેનો જેમ જેમ વિચાર કરતો જાઉ છુ તેમ તેમ મારૂં હૃદય ભરાઇ આવે છે, પશ્ચાતાપથી હુ બળી જાઉ છું"

માઇકલે કહ્યુ, મારો શ્રમ આજે સફળ થયો છે. મે તો માત્ર પથ્થરમા આકૃતિ કડારી હતી. પણ આજે મને તારાથી જીવંત પ્રભુનું દર્શન થયું કે ભગવાન અને શયતાન ક્યાંય નથી, અદર જ છે. માણસ જ ક્રાઇસ્ટ છે અને માણસ જ જુડાસ છે.

સ્વર્ગનું સામ્રાજ્ય બહાર નથી, તારામા જ છે. તુ ધારે તો સ્વર્ગ રચી શકે અને ભૂલે તો જીવનને નરક પણ બનાવી શકે નરક કે સ્વર્ગ બનાવનાર આ શરીર નહિ, આખો કે ઇન્દ્રિયો નહિ, પણ આપણે ખુદ છીએ તમારામા ઇશ્વર બેઠા છે, શક્તિનો

સ્વામિ બેઠો છે. ધારો એટલો વિકાસ કરીને ઉપર અને ઉપર જઈ શકો છો. તમે દુનિયાને કાંઈક આપી શકો તેમ છો. માનવ માત્રમાં જે અમૂલ્ય શક્તિ પડી છે તેને જાગૃત કરવાની જરૂર છે. જાગૃત જીવનનો સ્વામિ વિચારે છે મહાવીર પણ હું પોતે જ છું, રામ પણ મારામાં જ છે અને ભગવાન બુદ્ધ પણ મારામાં છે. જ્યારે હું સ્વાર્થ રહિત જીવન જીવું છું ત્યારે હું મહાવીરના પંથે ચાલ્યો જાઉં છું અને જ્યારે સ્વાર્થમય જીવન જીવું છું ત્યારે હું ગોશાલાના પંથે ચાલ્યો જાઉં છું.

ઉત્તમતા અને અધમતા આ એક દૃષ્ટિ છે, પરિસ્થિતિ છે. આનો પૂર્ણ ખ્યાલ આવતા આપણામાં સ્ફુરણા આવે, સ્ફૂર્તિ જન્મે- હું શા માટે આવો ન બનું ? મારી આ શ્રેષ્ઠ શક્તિઓને હું શા માટે બહાર ન લાવું ?

પણ માનવને આવા પ્રેરણાદાયી વિચારો આવતા નથી. તે તો કહે છે: હું શું કરીશ ? મારાથી શું બની શકશે ? હું નિર્બળ માણસ કરી કરીને શું કરવાનો ?

નિર્બળ વિચારો કાર્યમાં ઉત્સાહ ક્યાંથી લાવે ?

તમારામાં એક બળવંત જીવંત તત્ત્વ છે તેનો જે દિવસે તમને અનુભવ થાય તે દિવસે તમે જાગ્યા કહેવાઓ. જ્યાં સુધી આ વિચાર ન જાગે ત્યાં સુધી તમે ઊંઘતા છો.

'અનંત શક્તિઓની શક્યતા મારામાં પડી છે. હું ધારું તે કરી શકું' આ ખ્યાલ આવ્યો અને નવ પ્રભાત થયું.

જો આપણે અસફળતાના વિચારોને બદલે જન્મ સફળ કરવા-વાળા વિચાર કરીએ અને એવો સંકલ્પ કરીએ કે અમારો જન્મ અવશ્ય સફળ થશે, તો આપણે કલ્યાણ પંથના પથીક બનતા વાર નહિં લાગે ધ્યાન દ્વારા વિચાર શક્તિનો જેટલો સંયમ થશે તેટલી

ઇચ્છા શકિત બળવાન બની કાર્યસાધક બનશે. કોઇ પણ કાર્યમાં સફળતા પ્રાપ્ત થવા માટે બે વાતની આવશ્યકતા હોય છે, એક તો પૂર્ણ વિશ્વાસ તથા બીજી નિયમપૂર્વક અભ્યાસ એ બેના અવલંબનથી અવસ્ય સફળતા પ્રાપ્ત થાય છે અને એ વડે ભય. શોક, ચિંતાદિથી પીડાતા પ્રાણીઓ પોતાના કષ્ટોને દૂર કરી શકે છે. જો તમે દસવાર અસફળ થાઓ, તો પણ નિરાશ ન બનશો. જો સોવાર નિષ્ફળતા મળે અથવા હજારવાર નિષ્ફળતા મળે તો પણ પોતાના નિશ્ચયથી જરા પણ વિચલિત ન બનશો.

એકવાર સન્માર્ગ ગામી બન્યા પછી તેના પર દૃઢતાથી ચાલ્યા જશો તો અવશ્ય સફળતા પ્રાપ્ત થશે. સત્યની પ્રાપ્તી માટે નિયમીત જીવન બનાવવાની આવશ્યકતા છે ઉદ્યોગ અને અભ્યાસથી ધૈર્ય વધે છે અને ધૈર્યતા નિયમીતતાને સુંદર બનાવે છે. પોતાના મનને ચંચળ ન બનવા દો. સદા ઉત્તમ વિચારો કરો. બીજા માટે ખરાબ ચિંતન ન કરો, તેમ જ પોતા માટે પણ હલકા વિચારો ન કરો. દ્વેષ, લોભ, ચિંતા, સ્વાર્થ, હઠાગ્રહ, અધૈર્યતા, નિંદા, નિરાશા, ભય, ઉદાસીનતા, ઉદ્વેગ, ક્રોધાદિ ભયંકર શત્રુ છે એના પર વિજય કરવાથી જ પોતાના જીવનને આનંદમય બનાવી શકાય છે. હલકા વિચારો જ શરીર તથા મનને નિર્બળ બનાવી દે છે, એ કારણથી જ આપણી અવનતિ થઇ રહી છે. કોઇ વસ્તુ કે માનવની નિંદા કરવી એ પોતાના મનને ઉન્માર્ગ ગામી કરવા બરાબર છે. એથી મહાપુરૂષોએ વારવાર કહ્યું છે કે મનુષ્યોએ સદા પોતા માટે તથા બીજા માટે હિત-ચિંતન કરવુ જોઇએ. મનને ઉત્તમ વિચારોમા જોડવાથી જ માનસિક બળ વધે છે. પ્રતિકૂલ પરિસ્થિતિને પલટાવીને અનુકૂળ પરિસ્થિતિ પ્રાપ્ત કરવાનો આજ સરળ અને ઉત્તમ ઉપાય છે. એનો થોડા દિવસ નિયમસર અભ્યાસ કરવાથી જીવનમાં આશ્ચર્યજનક પરિવર્તન થાય છે.

જો તમારી ઇચ્છા સાચી હશે તો તમે જે બનવા પ્રુચ્છતા હશો

તે બની શકશો. પણ એને માટે તીવ્ર ઇચ્છા, વિશ્વાસયુક્ત ધીરજ અને દઢ નિશ્ચય એ ત્રણ બાબત જરૂરી છે. જેનાથી સર્વ કાર્ય સફળ થઇ શકે છે.

સફળતાનું ગુપ્ત રહસ્ય આજ છે. પણ એનો ઉપયોગ કરીને અભ્યાસ કરવો તમારા હાથની વાત છે. અમે તો ચાવી બતાવી દીધી છે, હવે કામ કરીને ધ્યેયને પ્રાપ્ત કરવું એ તમારા પર નિર્ભર છે આ માર્ગમાં દઢ નિશ્ચય અને મનોબળની પરમાવશ્યકતા છે. નિર્બળ મનથી કાર્ય સાધના કેવી રીતે સાધી શકાય? અંગ્રેજીમાં એક કહેવત છે કે નિર્બળ કારીગર પોતાના સાધનોને વખોડે છે પણ જે સબળ છે, નિષ્ઠાવાન છે અને કાર્યક્ષમ છે એ સાધનોની પરવા નથી કરતો. સંસ્કૃતમાં પણ એક સુભાષિત છે કે સુર્યના રથને એક જ પૈડું છે, સપ્ત માતેલા ઘોડા છે, અનંત આકાશમાં રસ્તાનું ઠેકાણું નથી, ચાબુક કે રાશ પણ નથી, છતાં સૂર્ય સવારથી સાંજ સુધી પોતાના લક્ષ તરફ કેવી એકધારી ગતિ કરતો રહે છે? મહાપુરૂષોની કાર્ય સિદ્ધિનો આધાર એમના બાહ્ય સાધનો પર નહિં પણ આંતરિક સ્વત્વ અને શક્તિ ઉપર હોય છે. પણ જગતમાં નિષ્ફળ થનારા નિર્બળ માનવીઓ આ વાતને નહિ સ્વીકારે. તે લોકો તો પ્રત્યેક નિષ્ફળતાનું કારણ બાહ્ય પરિસ્થિતિઓને જ માને છે. પણ તે નિર્બળ જો આવી રીતે વિચારે કે જો હું જેવો છું એવા જ સ્વરૂપમાં મારી જાતને જોઇ શકું એ શક્તિ મારામાં હોત, જો મારામાં શી ખામી છે એ શોધી કાઢીને તેનો નાશ કરવાની હિંમત મારામાં હોત તો મારી ભુલો અને બીજાના અનુભવોથી પણ હું કંઇક શીખી શકયો હોત, ને તો તો આવા બહાના કાઢયા વગર એમા સમયનો વ્યર્થ વ્યય કરવાને બદલે હું કંઇક નક્કર કામ કરી શકયો હોત તો આવાં બહાના કાઢવાનો વખત પણ મારે ન આવત ને?

ડુંગર પારઃ–આમોસ પેરીશ જ્યારે જન્મ્યો ત્યારથી સાવ માયકાંગલો હતો તે ઉપરાંત એ મોટી ઉંમરે બોલતા શીખેલો ને

એમાં પાછી તોતડાવાની ખોટ આવી, ઓછામાં પુરૂં એ ઘણો જ લાગણી પ્રધાન હતો.

આટલી ખામી ઓછી હોય તેમ એ લઘુતાગ્રંથીથી પીડાવા માંડયો. ડોકટરોએ તો જાહેર કરેલ કે છોકરો જીવવાનો નથી. આમ છતા જાણે અજબ ચમત્કાર બન્યો હોય તેમ આમોસ પેરીશ આ બધા જ અવરોધોને ઓળંગી ગયો એના મનમાં ગજબ આત્મ-શ્રદ્ધાનો સુર્ય ઉદય થયો. અને તેના મનમાં બરાબર વસી ગયું કે પોતાની જાતમા અને ઇશ્વરમાં શ્રદ્ધા રાખીને પોતાની પાસે જે કાંઇ શકિતઓ છે તેમનો સદુપયોગ કરવામાં આવે તો આ અવરોધો અને મુશ્કેલીઓ ટળે જ ટળે. આ બધુ કંઇ એક જ દિવસમા ન જ બને. એને માટે ધૈર્યતા, ખંત જોઇએ, મહેનત અને જાગૃતિ જોઇએ. આમોસે આ બધી જ મૂડી પોતાની અંદર ઉભી કરી, અને આજ દિવસ સુધી કોઇનેય ન સુઝેલો વિચાર અમલમાં મૂકયો. એણે મોટા ધંધાદારીઓને સલાહ આપવાનું નકકી કર્યું ને એ માટેની ફી એણે એટલી બધી વધારે રાખી કે પૈસાદારો એના તરફ આકર્ષાયા આમોસ પેરીશ અત્યારે આખા અમેરીકામાં એપીનો હુલામણા નામથી ઓળખાય છે વરસમાં બે વાર એ બબ્બે દિવસનું પ્રેરણા સંમેલન ગોઠવે છે. એના પ્રવચનની ટિકીટો મેળવવા પડાપડી થાય છે ને પછી કદીક તોતડાતો કદીક અચકાતો ઘણી વાર ધોધની જેમ વાણી વહાવતો એપી એ ધનાઢયોને જીવન જીવવાની કળા, આશાવાદી બનવાની, આત્મશ્રધ્ધા કેળવવાની, મુશ્કેલીઓથી ન ગભરાવવાની, સદા આત્મ નિભંર રહેવાની, પ્રેરણા આપે છે. શોકગ્રસ્તના શોકને, ચિતાતુરની ચિતાને, રોગીના રોગને તે પ્રેરણા દ્વારા નાબુદ કરવાની કળા શીખાવે છે અને સર્વને ઉલ્લાસ પૂર્ણ જીવન જીવવાનો મંત્ર એ શીખવે છે આ એજ એપી છે કે જેને સર્વ પ્રથમ કેડીલાક (સર્વ શ્રેષ્ટ મોટર) વિષે બોલતા તેને ક ક ક ક મુશ્કેલી પડી હતી, તે જ-

આજ આટલો ઉન્નત થયો પોતાની ત્રૂટીઓ પર ન જોતાં આત્મ શ્રધ્ધાથી આગળ વધ્યો છે.

તમારા જીવનનું હિત પરમા ન શોધો, સ્વમાં શોધો :

:- **હીરાની ખાણ** :-

ડોકટર રસેલ ઘરના સંકટથી ત્રાસીને, કંટાળીને ઘર છોડીને કોઇ સ્થળે નાશી જવાની ઇચ્છાથી ઉંટ પર સવાર થઇને જઇ રહયો હતો ત્યારે ઉંટના રખેવાળે તેને માર્ગ કાપવા એક કથા કહી, તે કથા નીચે મુજબ છે. સિંધુ નદીને પેલે પાર અલી નામનો એક શ્રીમંત ખેડુત રહેતો હતો તેની પાસે બહુલ સંપત્તિ હતી તેથી તે સંતુષ્ટ હતો તથા તે સંતુષ્ટ હતો તે કંઇ જેવુ તેવું ધન ન હતું. સિંધુ નદીને સામે તીરથી એક વાર બૌદ્ધ ભિખ્ખુ આવ્યા. અલીએ તેનુ ભાવથી સ્વાગત કર્યું. અલીની સંપત્તિની વાતમા ને વાતમા બૌદ્ધ ભિખ્ખુએ કહ્યું કે જ્યા સુધી સાચું ધન, સાચો હીરો ન મળે ત્યા સુધી આ સંપત્તિનું કંઇ જ મૂલ્ય નથી ભિખ્ખુ તો ગયા. ત્યારબાદ અલીને તે હીરો પ્રાપ્ત કરવાની લગની લાગી, પણ તે સાચો હીરો કયાં છે તેની તેને સમજ પડી નહિ. પોતાની સર્વ સંપત્તિ વેચીને અને કંઇક પાડોસીને ભળાવીને સાચા હીરાની શોધમા અલીભાઇ નીકળી પડયા. સાચા હીરાની શોધમા અલીએ અર્ધ દુનિયામા પરિભ્રમણ કર્યું, પણ સાચો હીરો મળ્યો નહિ. તેથી કંટાળીને સમુદ્રમા પડીને આત્મઘાત કર્યો. પાછા ભિખ્ખુ ફરતા ફરતા ત્યાં આવ્યા. તેના પાડોશીને પૂછ્યું કે અલી કયા છે? તો તેની વિગત પાડોશીઓએ કહી. ભિક્ષુક કહે સાચો હીરો તે કંઇ બહારની દુનિયામા મળવાનું મે તેને કહ્યું ન હતું. પોતાના આત્મારૂપી હીરો જ્યા સુધી માનવને ન મળે ત્યા સુધી તેને શાન્તિ મળતી નથી અને તે હીરો પ્રાપ્ત કરવા માટે માનવે આતરિક પુરૂષાર્થ કરવાનો છે. અને પુરૂષાર્થથી સિદ્ધિ પ્રાપ્ત થાય છે પણ દુઃખથી કંટાળીને, હારી જવાથી તે સાચો હીરો પ્રાપ્ત થતો નથી આ વાર્તા સાભળીને

ડોક્ટર રસેલના અજ્ઞાન પડળ દૂર થઇ ગયા અને જ્ઞાનચક્ષુ ખુલ્લી ગયા. અને જેણે કંટાળીને ઘર તથા વતનનો ત્યાગ કર્યો હતો તેજ વતન પાછા ફર્યા, અને પોતાની આત્મ શકિત પર વિશ્વાસ રાખીને પોતાની પાસે જે સાધન હતા તે વડે પ્રચંડ પુરૂષાર્થ આદર્યો. અને અભ્યાસ કરીને ડોક્ટરની છેલ્લી ડિગ્રી મેળવી. સાંભળેલ કથામાંથી હીરાની ખાણ નામનુ પ્રવચન એમણે સર્જ્યુ અને એ પ્રવચન અને ડોક્ટર રસેલ તેના વડે વિશ્વ વિખ્યાત બની ગયા. એમણે એ પ્રવચન (૫૦૦૦) વાર કરતા વધુ વખત આપેલ છે. એ એક જ પ્રવચનમા ડોક્ટર રસેલને હજારો ડોલરની આવક થઇ હતી, તેમણે તે પૈસાનો સત્કાર્યોમાંજ ઉપયોગ કર્યો હતો આ કથામાંથી ડોક્ટર રસેલને જે પ્રેરણા મળી તેના પાન તેમણે આ પ્રવચન દ્વારા વિશ્વના માનવીઓને કરાવ્યા. અને તેમાથી પ્રેરણા લઇને અસંખ્ય નિરાશ, હતાશ અને નિષ્ફળ માણસોએ ફરીથી પુરૂષાર્થ આદરી નવ જીવન મેળવ્યુ છે. એવી રીતે હે વાચક બંધુઓ ! તમો પણ કંટાળીને પરિસ્થિતિથી ભાગશો નહિ, હતાશ ન થશો, નિરાશ ન થશો, સુખ અને સમૃદ્ધિ માટે બાહ્ય પરિસ્થિતિનો વિચાર ન કરતા, દુનિયા તરફ દ્દષ્ટિપાત ન કરતા, પોતાની હૈયારૂપી ભૂમીમાં, અંતરમાં જે અપરિમિત શકિતનો ખજાનો પડેલ છે તેનાપર આધાર, વિશ્વાસ રાખીને, પુરૂષાર્થથી વિજયી બની, આત્મ ધન રૂપી સાચો હીરો પ્રાપ્ત કરવા કટીબદ્ધ થજો.

જીવન યુદ્ધમા પ્રવેશ કરતા જીવન પ્રવાસી માટે સત્સંકલ્પો, સત્સંકલ્પોની પ્રાર્થના કરીને, તેનું રટણુ કરીને, તેના પાલન માટે બળ મેળવી લેતા, એક જીવન પ્રવાસીએ આ સંકલ્પોની રચના કરી છે તે બીજા જીવન પ્રવાસીઓને ઉપયોગી થાય માટે નીચે રજુ કરવામાં આવે છે

સત્સંકલ્પો માત્ર આજ માટે જ!

૧ આજ હું પ્રસન્ન રહીશ. માનવીને પોતાની મનોદશાને અનુરૂપ જ પ્રસન્નતા પ્રાપ્ત થાય છે. સુખ આપણી અંદર જ વસે છે બહાર નહિ

૨ આજ હું વર્તમાનને અનુરૂપ થવાનો પ્રયત્ન કરીશ. બીજાને મારી ઇચ્છાને અનુરૂપ કરવા નહી મથુ. મારા સ્વજનો, વ્યવસાય, અને ભાગ્યને જેવાં છે તેવા સ્વરૂપમા સ્વીકારીને એમને અનુકુળ થઇશ.

૩ આજ હું મારા શરીરને કાળજીથી જાળવીશ, વ્યાયામ કરીશ, શરીરનું પોષણ કરીશ, એનો અનાદર કે દુરૂપયોગ નહિ કરૂ.. જેથી એ સ્વસ્થ રહીને મારા વિકાસમા સહાયક થઇ પડશે.

૪ આજ હું મારા મનને સબળ બનાવવાનો પ્રયત્ન કરીશ. હું ઉપયોગી બાબત શીખીશ. મારા વિચારોને ભટકવા નહિં દઉ. આજે થોડુંક તો એવું વાચન કરીશ કે જેમા પ્રયત્ન, ચિંતન અને એકાગ્રતાના અભ્યાસનો ઉપદેશ આપેલો હોય

૫ આજ હુ મારા મનને એક ચોકક્સ માર્ગે દોરીશ. આજ કોઇનું થોડું તો ભલુ કરીશ જ ઉપરાત માત્ર ટેવ પાડવા માટે છેવટે બે કામ તો એવા કરીશ કે જેમાં મારી રૂચી થોડી હોય.

૬ આજ હુ મારો સ્વભાવ સારો રાખીશ ધીરેથી બોલીશ, વિનમ્ર રહીશ અન્યની પ્રશંસા કરવામાં ઉદાર રહીશ. કોઇની ટીકા નહિ કરૂ, કોઇની ખામી નહિ કાઢું.

૭ આજ હું વર્તમાન સમસ્યાઓને જ ઉકેલવાનો પ્રયત્ન કરીશ. જીવનના બધા પ્રશ્નોને એકી સાથે હાથ પર નહિ લઉ. ગમે

તેવું ભારે કામ પણ હું આજે બાર કલાક તો કરી જ શકું ને!

૮ આજ હું મારે માટે કાર્યક્રમ ઘડીશ. ભલે સંજોગવશ એનું પાલન મારાથી બરાબર ન થઇ શકે છતાં કાર્યક્રમ તો હું ઘડીશ જ કારણ એનાથી ઉતાવળ અને અનિશ્ચિતતાની દશા તો દૂર થશે જ ને?

૯ આજ અડધો કલાક મૌન કરીશ. અડધો કલાક વિશ્રામ માટે અલગ કાઢીશ. આ અડધા કલાક દરમ્યાન હું મારા ઇશ્વર વિશે વિચાર કરીશ, એનું ધ્યાન ધરીશ જેથી મારા જીવન વિશે મને વધારે ઊંડી જીવન દષ્ટિ મળે.

૧૦ આજ હું નિર્ભય રહીશ સુખ અને સૌંદર્ય, પ્રેમ અને શ્રદ્ધાના જે અધિકાર મને મળ્યા છે તેનો કૃતજ્ઞતાથી ઉપયોગ કરીશ. પ્રેમ અને શ્રદ્ધાના પ્રદેશમાં હું આગેકુચ કરતો જ રહીશ.

જીવનના કથીરનું કાંચન કરનાર કોઇ પારસમણિ હોય તો તે છે આવા સત્સંકલ્પો એકવાર એનો સંસ્પર્શ થવા દો એનું પાલન કરી જુઓ, તમને સમજાશે કે આ જીવન કેટલું આનંદપ્રદ અને મધુર છે?

—: મહાન બનવાના સાધનો :—

૧ પોતાના આત્માની વિશાળતાનું ચિંતન કરો અને બધાની સાથે બાહ્ય વ્યવહાર, રહેણી કરણી, વર્તન પણ મહાન પુરૂષો જેવા કરવાનો પ્રયત્ન કરો.

૨ જેવા તમે પોતાના મનમા પોતાની મહાનતાના વિચાર કર્યા છે તેવા જ બહાર પણ પોતાની મહાનતાના વિચારોને કાર્યમા પ્રગટ કરો.

૩ જો તમારામાં કાયરતા કે સંકોચ હોય તો તેને લલકારીને બહાર કાઢી મૂકો, નહિતર લોકો તમારા પર વિશ્વાસ નહિ કરે. તેમ જ વ્યર્થ મોટી મોટી વાતો ન કરો.

૪ નાના નાના કાર્યોને પણ પ્રસન્નાથી કરો, એજ મહાન બનવાનું મોટું સાધન છે. પોતાની ઉદારતાનો પરિચય નાના નાના કામોમાં પણ આપો.

૫ પોતાના કુટુંબીઓ, મિત્રો, પાડોશીઓ તથા અન્યાન્ય સ્નેહીઓ પર પોતાના સદ્‌ગુણોની છાપ પાડો.

૬ અભિમાન ન કરો, ખોટી બડાઇ ન મારો, પરંતુ કાર્ય કરીને બતાવો જેથી લોકોનો વિશ્વાસ પોતાની મેળે થશે.

૭ સર્વ સ્વજનો, સ્નેહીની સાથે ઉદારતા, દયાળુતા, કોમળતા અને નમ્રતાનો વ્યવહાર કરો જેથી તેઓને વિશ્વાસ થાય કે તમે મહાન આત્મા છો

૮ તમારા સંબંધમાં જે આવે એને આત્મ દૃષ્ટિથી જુઓ. એને મહાન સમજી ઉચીત આદર કરો. બધા સાથે પ્રેમમય વ્યવહાર કરો, કેમકે પ્રત્યેક માનવમાં ઉચ્ચ આત્મ તત્ત્વ છે, એ શ્રદ્ધાને કેળવો.

૯ બીજાનો દોષ ન જુઓ પણ ગુણ જુઓ. કારણ કે દોષ જોનારમાં દોષ પ્રવેશે છે અને ગુણ જોનારમાં ગુણ આવે છે.

૧૦ પોતાના આત્મ સ્વરૂપમા પૂર્ણ શ્રધ્ધા રાખો અને મનની ઉન્નત કલ્પના અનુસાર જ વર્તન કરો.

૧૧ ચંચળ વૃત્તિ અને અધૈર્યતાને દૂર કરો. સર્વ વાતનો ગભીરતાથી વિચાર કરો, મનની વાત ન માનો પણ અતરાત્માના આદેશને અનુસરો.

૧૨ જ્યાં સુધી નાની નાની વાતોમાં, કાર્યોમાં અંતરાત્માના આદેશને નહિ સાંભળો ત્યાંસુધી મોટા-મોટા કાર્યોમાં તમને પરમાત્માની આંતરિક પ્રેરણા નહિ મળે.

૧૩ સંશય, અવિશ્વાસને દૂર કરો પોતાની પૂર્વ ભૂલોને ભૂલી જાઓ. ભૂતકાળ વ્યતીત થઇ ગયો છે, વર્તમાન પર તમારો અધિકાર છે. એ વડે ભવિષ્ય જેવું ઇચ્છશો તેવું બનાવી શકશો.

૧૪ જેવી તમારાથી બને તેવી મહત્તાની સર્વોત્તમ કલ્પના કરો. એ કલ્પનાને વિચારમાં, આચારમા, વ્યવહારમાં પ્રદર્શિત (પ્રગટ) કરવાનો પ્રયત્ન કરો, એજ મહાન જીવન બનાવવાના સાધન છે.

સર્વેઽપિ સન્તુ સુખિનઃ સર્વે સન્તુ નિરામયાઃ
સર્વે ભદ્રાણિ પશ્યેત મા કશ્ચિત્ પાપમાચરેત



સ્વ દોષ નિરીક્ષણ અને નિવારણના

:— ઉપાયો —:

શાસ્ત્રમાં કહ્યું છે કે સ્વ દોષોને જોવાથી કષાયના કારણો નાબુદ થાય છે. અને આજ કારણથી જૈનના અનુયાયીઓ પ્રાત:કાલે અને સાયંકાળે પ્રતિક્રમણ નામની ક્રિયા કરે છે. પ્રતિક્રમણ એટલે દોષોનુ નિરીક્ષણ કરીને તેનાથી પાછા ફરવું—અર્થાત્ દોષોથી મુકત થવું. આ ક્રિયા જૈન ભાઇ-બહેનો કરે છે, પરંતુ પ્રતિક્રમણના પાઠો માગધી ભાષામાં હોવાથી અને તે ભાષાનુ જ્ઞાન જન સાધારણને ન હોવાથી તેના પાઠો ફોનોગ્રાફની જેમ બોલવામાં આવે છે, પરંતુ વિચારપૂર્વક દોષોનું સંશોધન કરી તેનાથી નિવૃત બનવાનું કાર્ય તે દ્વારા થતું નથી કેવલ ક્રિયાથી કોઇ તરી શકતું નથી. એ દોષો અઢાર છે. તેના નામ:— ૧ હિંસા, ૨ અસત્ય વદવુ, ૩ ચોર્ય કર્મ, – (ચોર્ય કર્મમાં અપ્રીતિ પણ ગણવાની) ૪ કુશીલ સેવન ૫ પરિગ્રહવૃત્તિ, (સંગ્રહવૃત્તિ) ૬ ક્રોધ, ૭ માન, ૮ માયા, ૯ લોભ, ૧૦ રાગ, ૧૧ દ્વેષ ૧૨ કલેશ ૧૩ ખોટુ કલંક ચઢાવવું, ૧૪ ચાડીચુગલી કરવી, ૧૫ પારકીનિંદા કરવી, ૧૬ ઇષ્ટ, અનિષ્ટ, સંયોગમાં હર્ષ, વિશાદ કરવો, ૧૭ કપટ સહિત જુઠું બોલવું, ૧૮ ખોટી શ્રદ્ધા રૂપ શલ્ય.

ઉપર બતાવેલ અઢાર પાપ, ત્રણ યોગ, ત્રણ કરણથી થાય છે, ત્રણ યોગમા મન, વચન, કાયા એ ત્રણ યોગ છે કરવુ, કરાવવુ અને અનુમોદના કરવી એ ત્રણ કરણ છે. અઢાર પાપ મનથી થાય, વચનથી થાય અને કાયાથી થાય તેનુ નિરીક્ષણ કરીને તે દોષો રૂપ શલ્યને દૂર કરી મનોભૂમી શુદ્ધ કરવાની છે અને પછી મનોભૂમીમાં સદ્‌ગુણો રૂપી બીજ વાવવાના છે. તે પ્રતિક્રમણનો પાઠ નીચે મુજબ છે.

સવ્વસ્સવિ દેવસિઅ, દુચ્ચિંતિઅ, દુબ્ભાસિઅ,

દુચ્ચિટ્ઠીઅ, તસ્સ મિચ્છામિ દુક્કડં

અર્થ-સર્વ દિવસ સંબંધી મનથી અશુભ ચિંતન કર્યું હોય, વચનથી દુર્ભાષિણ કર્યું હોય, શરીરથી અશુભ ક્રિયા કરી હોય તે સંબંધી મારા પાપ હે પ્રભો નિષ્ફળ થાઓ, હું આપની સાક્ષીએ તેની માફી માગું છુ.

ઉપરના સુત્રમાથી વિવેક, વિચાર પૂર્વક જેટલો સાર ખેચીએ તેટલો નીકળે છે હે ભવ્યો, સંધ્યા સમયે એકાંતમા, અંતરના ભાનપૂર્વક અંતરના અતળ ઉંડાણમા પ્રવેશીને મન, વચન, કાયાથી થયેલા અશુભ કૃત્યોનુ નિરીક્ષણ કરજો

જેમ કે આખા દિવસમા જે જે વસ્તુઓ પર મનમાં અશુભ રાગ ભાવ થયો હોય તેનુ નિરીક્ષણ કરવું અને તે સબંધી પશ્ચાતાપ કરવો; તેમ જ આખા દિવસમાં જેના જેના પર મનમાં દ્વેષ ભાવ ઉપજ્યો હોય તે સંબંધી નિરીક્ષણ કરીને પશ્ચાતાપ કરવો બીજા દિવસે તે પ્રમાણે ન થાય તેવો દઢ સંકલ્પ કરવો. રાગ, દ્વેષમાથી જ ક્રોધ, માન, માયા, લોભ વગેરે ઉત્પન્ન થાય છે ક્રોધનું નિરીક્ષણઃ- કયા કયા કારણોથી આજ ક્રોધ ઉત્પન્ન થયો, શા માટે થયો, ક્રોધ કરવાથી શો સાર છે ? તેમા મારૂ હિત છે કે અહિત ? એવા વાક્યો પર વિવેકથી વિચાર કરવો, અને છેવટમાં પશ્ચાતાપ કરીને બીજા દિવસે ક્રોધ ન થાય તેમ વરતવાનો સંકલ્પ કરવો, નિયમ લેવો આ પ્રમાણે ૧૮ અઢાર પાપ સંબંધી નિરીક્ષણ, વિચારણા, ચિંતન કરવુ. અને આગળ માટે શુદ્ધિ કરવી આત્માના ક્ષમાદિ ગુણો વિકસે તેવા ઉપાયો યોજવા

હે ભવ્યો ! હવે વચન વડે દુર્ભાષણ કર્યું હોય તેનુ નિરીક્ષણ કરવું મનમા વિચારવુ કે કંઇ પણ બોલવાનો વિચાર થયા વિના બોલાતુ નથી. મૌન કરેલ હોય તો કંઇ બોલાતુ નથી. માનવ પ્રમાદથી ભૂલ કરે છે, અને દુર્ભાષણ કરે છે. આજના દિવસમાં મેં રાગ વશે, દ્વેષ વશે ક્રોધ વશે અગર અઢાર પાપ કહ્યા છે તે તે વશે

મેં શું શું દુર્ભાષણ કર્યું તે બધું આત્મભાનપૂર્વક એકાગ્રતાથી વિચારી જવુ અને જે જે દોષો થયા હોય તેની પ્રભુ સાક્ષીએ પશ્ચાતાપ પૂર્વક માફી માંગવી અને ભવિષ્યમાં તે તે દોષો ન થાય તેવો દૃઢ સંકલ્પ કરવો. તથા તેની જગ્યાએ આત્મિક ગુણુ વિકસે તેવા ઉપાયો યોજવા.

હવે શરીરથી જે જે અશુભ ક્રિયાઓ થઇ હોય તેનું નિરીક્ષણુ કરવું. આજ સૂર્યોદયથી સૂર્યાસ્ત પર્યંત મારાથી કાયા દ્વારા કઇ કઇ અશુભ પ્રવૃત્તિ થઇ તેનો વિચાર કરવો, તે અશુભ ક્રિયા શા માટે થઇ? શા માટે થવા દીધી? કયા કયા પ્રસંગે અશુભ ક્રિયા થઇ? કઇ કઇ થઇ ગઇ કાલ કરતા આજે અશુભ ક્રિયા અલ્પ થઇ કે નહિ? ઇત્યાદિ અઢાર પાપથી થયેલ ક્રિયાઓ પર થયેલા દોષોનું એકાગ્રતાથી સૂક્ષ્મ નિરીક્ષણુ કરવું, જે જે દોષો દેખાય તેના માટે પશ્ચાતાપ કરવો, અને ભવિષ્યમાં તેવા દોષોનું પુનઃ સેવન ન થાય તેવો દૃઢ સંકલ્પ, પ્રતિજ્ઞા કરવી. અને સાથે આત્મભાન દરેક ક્રિયા પ્રસગે જાગૃત રહે તે માટે જાગૃત રહેવું નિરીક્ષણુ પહેલાં અને ત્યારબાદ દેવ ગુરુને ભકિતપૂર્વક વદન કરવુ દિવસ સબંધી આવી રીતે વિચારકૃત્ય કર્યા બાદ રાત્રી સંબધી મન, વચન, કાયાના યોગનું પરિણામ પણુ પ્રાતઃકાળે સ્મરી જવુ, દિવસની પેઠે રાત્રીના કૃત્યોની શ્રેણિપર પણુ વિચારણા કરવી. તેવી જ રીતે શુભ કૃત્યોને પણુ વિચારવા અને બન્નેમાં વિશેપ શુ છે તે વિચારવુ? આમ કરવાથી દોષો નબળા પડશે, અભિમાન ગળવા માંડશે અને ભવિષ્યમા સદ્‌ગુણોની વૃધ્ધિ થશે અને એક દિવસ સર્વ દોષોથી મુકિત મળશે, અને સદ્‌ગુણો વધી જશે, અને ચારિત્ર બળ ખીલશે. અને તુચ્છ માનવ મહામાનવ બનશે માનવમા રહેલ મનુષ્યત્વ–દેવત્વપણું વિકાસ પામશે. અને ઉત્તરોત્તર વિકાસ કરતા તે નરમાંથી નારાયણુ બનશે જરૂરત છે માત્ર સત્ પુરુષાર્થની

અભિપ્રાયો

ભગવતી ચૈતન્યદેવી,

'ઉત્થાન' પુસ્તકનું વિસ્તૃત સંસ્કરણ ભાઇશ્રી હરિભાઇ મારફતે મળ્યું છે. શુભેચ્છા સાથે મોકલાવેલું પુસ્તક મેળવીને ઘણો આનંદ થયો. આપે કરેલા લેખન અને સંકલન બદલ અનેક હાર્દિક અભિનંદન પાઠવી રહ્યો છું – સ્વીકારશો.

આજે ભૌતિક જીવનનુ પ્રાધાન્ય એટલું વધી ગયું છે કે સામાન્યત: મનુષ્યની પ્રવૃત્તિ માત્ર ભૌતિક સંપત્તિના ઉપાર્જન અને તે દ્વારા ઉપલબ્ધ ભૌતિક સુખો–વિલાસોને કેન્દ્ર કરીને જ થાય છે. આમ તે જે કાંઇ સુખ–આનંદ મેળવવાના જાણે છે તે માત્ર ભૌતિક દેહ દ્વારાજ શક્ય બને તેવા હોય છે. તે સ્થૂળ શક્તિ ખર્ચ કરી સ્થૂળ પદાર્થોમા જ રાચે છે – સ્વાભાવિક છે કે તેની ક્ષીણ થતી શક્તિઓનું નિયંત્રણ કે નવસર્જન કેમ કરવું તેનુ જ્ઞાન તેને હોતુ નથી. ઘસાતું, ભાગી પડતુ જીવન જ્યારે ચિંતાનું કારણ થઇ જાય છે ત્યારે તેને કોઇ એવા જ્ઞાનની જરૂર પડે છે, એવા માર્ગની જરૂર પડે છે, એવા માર્ગદર્શકની જરૂર પડે છે, જે તેને નવ શક્તિ પ્રાપ્ત કરવાનું જ્ઞાન આપે. નવપથ તરફ પ્રયાણ કરાવે. આવા મનુષ્યોની સંખ્યા કોઇ કમ નથી. એવા બધા જ મનુષ્યો માટે આ પુસ્તક સાચા અર્થમાં પથ–પ્રદર્શક બની શકે તેમ છે.

એટલું જ નહિ, જે પોતાના જીવન રહસ્યને પામવા પહેલેથી

અભાન છે તેમને પણ પ્રમાણુ કરવાનો માર્ગ બતાવી શકે તેવું તત્ત્વ આ પુસ્તકમાં છે જ.

મંત્રો મોટે ભાગે સંસ્કૃત ભાષામાં હોય છે. ભાષાજ્ઞાન ન હોવાથી ઘણા મનુષ્યો મંત્રો કરે છે પણ અર્થ વિષે તદ્દન અજાણ હોવાથી તેને અનુરૂપ ભાવના કે વિચાર ઉભો કરી શકાતો નથી એટલે વૈદિક અને અન્ય ધર્મ પુસ્તકોના ! મંત્રો ઉત્તમ હોવા છતાં ભાષાના જ્ઞાનના અભાવે તેમાથી પુરો લાભ મેળવી શકાતો નથી. તમે ગુજરાતી ભાષાનો ઉપયોગ કરી વિચાર અને ભાવનાના બંધારણને જ મહત્ત્વ આપ્યું તે રીત સારી છે માનસિક શકિતનો આવો સરળ ઉપયોગ મનુષ્યો કરતા શીખે તો કેટલું સારૂં !

અને સૌથી અંતમાં, તમે જે સમગ્ર જીવનને લક્ષમા લઇ સાધનાની વિસ્તૃત રીતો અપનાવવાની સમજ આપી છે તે પ્રસંશનીય છે મોટે ભાગે સાધના એક પક્ષીય બની જતી હોવાથી તે સહુ કોઇ માટે માર્ગદર્શક બની શકતી હોતી નથી જ્યારે વ્યાવહારિક જીવનનું મહત્વ સ્વીકારી તેના પ્રશ્નો ઉકેલવા માટેની સાધના પણ જરૂરી ગણી બતાવવામા આવી છે તે ખરેખર આનંદ આપનારી વસ્તુ છે.

ભવિષ્યમાં તમે આવી જ સમજ અને માર્ગદર્શન યોગ્ય વ્યકિતઓને આપતા રહેશો એવી અભ્યર્થના સાથે ફરી આપને એક વાર આ કાર્ય માટે અભિનંદન આપી વિરમું છું.

અને પ્રેમપૂર્ણ વિશ્વ-ચૈતન્યના સ્મરણ સાથે-

—ગણેશ પંડ્યા
બી. એસ સી.